

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2026-08-10 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 (schab 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 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 GRZYCZANA 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 LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	Energia [kcal] 2 311,7 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 339,7 Sód [mg] 2 784,4 Błonnik pokarmowy [g] 41,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25 suma cukrów prostych [g] 37,5
	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 (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt 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) MIÓD 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] 2 176,3 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 47,2 Węglowodany ogółem [g] 368,6 Sód [mg] 2 279,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,1 suma cukrów prostych [g] 52,4
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab 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 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 GRZYCZANA 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 LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 2 247,8 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 77,4 Węglowodany ogółem [g] 302 Sód [mg] 3 164,2 Błonnik pokarmowy [g] 45,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,1 suma cukrów prostych [g] 21,6
	Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab 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 LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO)	Energia [kcal] 1 919,3 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 55,7 Węglowodany ogółem [g] 284,8 Sód [mg] 2 705,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,2 suma cukrów prostych [g] 26,9

2026-08-10 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 (schab 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 LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt PIETRUSZKA GOTOWANA PŁASTRY (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 (schab 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) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt PIETRUSZKA GOTOWANA PŁASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO)	Energia [kcal] 2 302,7 Białko ogółem [g] 114,2 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 325 Sód [mg] 2 934 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35 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, włoszczyzma, 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) 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 ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) MIESO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) PIETRUSZKA GOTOWANA PŁASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 150 g SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN)	Energia [kcal] 1 947,1 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 32,1 Węglowodany ogółem [g] 338,2 Sód [mg] 3 246,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,5 suma cukrów prostych [g] 50,2
	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

2026-08-11 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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SUROWKA 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] 2 387,4 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 91,1 Węglowodany ogółem [g] 310 Sód [mg] 3 285,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 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 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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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] 2 166,2 Białko ogółem [g] 84,6 Tłuszcz [g] 63,3 Węglowodany ogółem [g] 332,8 Sód [mg] 3 160,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,6 suma cukrów prostych [g] 77,3	
Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SUROWKA 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] 2 252,6 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 299,3 Sód [mg] 2 759,7 Błonnik pokarmowy [g] 43,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 39,2
Jan_cukrzykowa 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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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] 2 049,7 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 66,2 Węglowodany ogółem [g] 286,4 Sód [mg] 2 939 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,6 suma cukrów prostych [g] 33,7

2026-08-11 wtorek	Jan_dieta łatwostrawna 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) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 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] 2 155 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 66,6 Węglowodany ogółem [g] 314,8 Sód [mg] 2 674,6 Błonnik pokarmowy [g] 28 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) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 80 g (MLEKO) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 266,4 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 71,4 Węglowodany ogółem [g] 314,7 Sód [mg] 2 651,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,1 suma cukrów prostych [g] 65,5
	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 wzmocnioną (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) POLEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) 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] 1 814 Białko ogółem [g] 67,1 Tłuszcz [g] 18,6 Węglowodany ogółem [g] 367,8 Sód [mg] 2 409,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 4,6 suma cukrów prostych [g] 48,1
	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

2026-08-12 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 kiszane, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (GLUTEN) SER BIAŁY DO MAKARONU (ser biały półtłusty) 150 g (MLEKO) SOS TRUSKAŹKOWY (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] 2 059,2 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 56,4 Węglowodany ogółem [g] 305,8 Sód [mg] 3 509,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,5 suma cukrów prostych [g] 65,7
	Jan, dieta łatwostrawna	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 (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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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 SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY (20g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 1 998 Białko ogółem [g] 85,7 Tłuszcz [g] 53,2 Węglowodany ogółem [g] 316,7 Sód [mg] 2 868,7 Błonnik pokarmowy [g] 29 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,6 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 kiszane, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) FILET Z PIERSI KURCZAKA PIECZONY 80 g SOS SEROWO - PAPRYKOWY (ser topiony, mleko, mąka pszenna, przyprawy) 80 g (GLUTEN, MLEKO) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 2 206,1 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 74,4 Węglowodany ogółem [g] 308,3 Sód [mg] 4 252,6 Błonnik pokarmowy [g] 45,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,3 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 (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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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] 1 949,9 Białko ogółem [g] 78,7 Tłuszcz [g] 63,7 Węglowodany ogółem [g] 286 Sód [mg] 2 761,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34 suma cukrów prostych [g] 24,7

2026-08-12 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 ZIEMIANKAMI (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) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 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] 1 981,5 Białko ogółem [g] 85,5 Tłuszcz [g] 47,6 Węglowodany ogółem [g] 321,9 Sód [mg] 3 076,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,2 suma cukrów prostych [g] 54,4
	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 (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMIANKAMI (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) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 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] 2 169,6 Białko ogółem [g] 108,3 Tłuszcz [g] 56,4 Węglowodany ogółem [g] 331,7 Sód [mg] 3 529 Błonnik pokarmowy [g] 31 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,6 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 ZIEMIANKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMIANKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 965,1 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 89,6 Węglowodany ogółem [g] 214,2 Sód [mg] 591,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,5 suma cukrów prostych [g] 46,2
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) POLEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, 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) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 250 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) 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] 1 859,6 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 335,3 Sód [mg] 2 552 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,2 suma cukrów prostych [g] 45,6
	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 ZIEMIANKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMIANKAMI 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

2026-08-13 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) ROŚZPONKA 2 g 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] 2 280,2 Białko ogółem [g] 87 Tuszcz [g] 63,6 Węglowodany ogółem [g] 345,9 Sód [mg] 3 274,7 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 (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 342,2 Białko ogółem [g] 82,7 Tuszcz [g] 58,1 Węglowodany ogółem [g] 370,8 Sód [mg] 2 414,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3 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	SALATKA 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) ROŚZPONKA 2 g SAŁATKA SZWEDZKA 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 068 Białko ogółem [g] 87,7 Tuszcz [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 278,9 Sód [mg] 3 470,1 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, SOJA, MLEKO, SELER)	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) ROŚZPONKA 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

2026-08-13 czwartek

Jan_ciecia latwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 100 g SAŁATA LODOWA 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 SZCZUPIORKIEM (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 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) SAŁATA LODOWA 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, SOJA, 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 SZCZUPIORKIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 100 g (MLEKO) ROSZPONKA 5 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 304,2 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 73,4 Węglowodany ogółem [g] 299,9 Sód [mg] 2 781,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,2 suma cukrów prostych [g] 47,9
Jan_płynna wzmocniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ KUKURYDZIANA (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] 1 960,7 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 220,2 Sód [mg] 667 Błonnik pokarmowy [g] 21,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,2 suma cukrów prostych [g] 83,8
Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) 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 (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, 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) POLEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA 1SZT. 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 1 841,6 Białko ogółem [g] 79,1 Tłuszcz [g] 31,2 Węglowodany ogółem [g] 327,4 Sód [mg] 2 788,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 8,4 suma cukrów prostych [g] 43,6
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

2026-08-14 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 SZCZYPORKIEM (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) SUROWKA Z KAPUSTY 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) SALAATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz., fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, ziel. pietruszka, olej rzepakowy) 50 g (GORCZYCA) SZPINAK BABY 2 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 258 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 79,6 Węglowodany ogółem [g] 312,3 Sód [mg] 2 706,2 Błonnik pokarmowy [g] 40,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 37,4
	Jan_dieta lekkostrawna	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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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] 2 177,7 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 54,6 Węglowodany ogółem [g] 357 Sód [mg] 2 174,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5 suma cukrów prostych [g] 75,3
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GORCZYCA) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 60 g SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SUROWKA Z KAPUSTY 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) SALAATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz., fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, ziel. pietruszka, olej rzepakowy) 50 g (GORCZYCA) SZPINAK BABY 2 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 192,9 Białko ogółem [g] 95,1 Tłuszcz [g] 76,9 Węglowodany ogółem [g] 305 Sód [mg] 2 487,9 Błonnik pokarmowy [g] 45,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5 suma cukrów prostych [g] 28,8
	Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GORCZYCA) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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] 2 061,6 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 302,4 Sód [mg] 2 049,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,9 suma cukrów prostych [g] 30,2

2026-08-14 piątek	Jan_dieta łatwastrawna 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, GORCZYCA) 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) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, skrobia) 200 g (SELER) KOMPOT Ż 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] 2 184,6 Białko ogółem [g] 89,3 Tłuszcz [g] 59,8 Węglowodany ogółem [g] 347,8 Sód [mg] 2 190,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,3 suma cukrów prostych [g] 65,9
	Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GORCZYCA) 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) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, skrobia) 200 g (SELER) KOMPOT Ż 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] 2 347,8 Białko ogółem [g] 108,5 Tłuszcz [g] 77,8 Węglowodany ogółem [g] 329,5 Sód [mg] 2 366,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,7 suma cukrów prostych [g] 55,4
	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 wzmocniona (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) KOMPOT Ż 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] 2 058,7 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 93,5 Węglowodany ogółem [g] 224,7 Sód [mg] 972,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30 suma cukrów prostych [g] 44,3
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) 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) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 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) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 1 980,7 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 34,3 Węglowodany ogółem [g] 346,8 Sód [mg] 2 593,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 7,2 suma cukrów prostych [g] 61,1
	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 wzmocniona (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) KOMPOT Ż 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] 1 927,8 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 87,8 Węglowodany ogółem [g] 201,7 Sód [mg] 903,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,7 suma cukrów prostych [g] 41,7

2026-08-15 sobota

Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka)l 300 ml (GLUTEN, JAJA, 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 (SOJA, MLEKO, SELER) SALATKA BROKUŁOWA Z SZYNKĄ I JAJKIEM (brokul. 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 PĘCZAK 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] 2 042,7 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 60,4 Węglowodany ogółem [g] 291,5 Sód [mg] 3 076,8 Błonnik pokarmowy [g] 30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,4 suma cukrów prostych [g] 45,4
Jan_dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka)l 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO, SELER) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (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 JE CZMIENNA 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 PŁASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 938,3 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 46,6 Węglowodany ogółem [g] 306,3 Sód [mg] 2 615,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,2 suma cukrów prostych [g] 50,8
Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 30 g (SOJA, MLEKO, SELER) SALATKA BROKUŁOWA Z SZYNKĄ I JAJKIEM (brokul, 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, SOJA, MLEKO, SELER, 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 PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA b/cukru (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK 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] 2 067,9 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 70,1 Węglowodany ogółem [g] 282,1 Sód [mg] 3 271,6 Błonnik pokarmowy [g] 37,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,7 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 (SOJA, MLEKO, SELER) SALATKA BROKUŁOWA Z SZYNKĄ I JAJKIEM (brokul, 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, SOJA, MLEKO, SELER)	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 JE CZMIENNA 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 PŁASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 997,4 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 59,7 Węglowodany ogółem [g] 278,2 Sód [mg] 3 619,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,4 suma cukrów prostych [g] 24,6

2026-08-15 sobota	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka)l 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO, SELER) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (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 PŁASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g KIELKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 958,4 Białko ogółem [g] 87,7 Tłuszcz [g] 46,8 Węglowodany ogółem [g] 311,4 Sód [mg] 2 379,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,8 suma cukrów prostych [g] 53,2
	Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka)l 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO, SELER) 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, SOJA, MLEKO, SELER)	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 PŁASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 266,6 Białko ogółem [g] 116,5 Tłuszcz [g] 72,7 Węglowodany ogółem [g] 299,2 Sód [mg] 3 109,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,9 suma cukrów prostych [g] 36,3
	Jan_płynna wzmocniona 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 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	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) 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 ZIEMNIA CZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 500 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) MIESO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 250 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) 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] 1 970,3 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 25,2 Węglowodany ogółem [g] 350,7 Sód [mg] 3 463,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6 suma cukrów prostych [g] 46,2
	Dieta papkowata	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKA (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

2026-08-16 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) FILET Z PIERSI KURCZAKA PIECZONY 100 g ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDĄ (ogórek kiszony, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) 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] 2 129,3 Białko ogółem [g] 82,9 Tłuszcz [g] 69,5 Węglowodany ogółem [g] 307,7 Sód [mg] 4 256,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,7 suma cukrów prostych [g] 44,8
	Jan_dieta łatwostrawna	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) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 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 (GLUTEN, SOJA, MLEKO) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	CIASTO DROŻDŻOWE 80 g (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 067,5 Białko ogółem [g] 77,6 Tłuszcz [g] 59,6 Węglowodany ogółem [g] 327,7 Sód [mg] 3 173,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,3 suma cukrów prostych [g] 49,8
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA 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) FILET Z PIERSI KURCZAKA PIECZONY 100 g ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDĄ 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 (GLUTEN, SOJA, MLEKO) 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] 2 196,4 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 82,2 Węglowodany ogółem [g] 278,1 Sód [mg] 4 397,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 22,6
	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) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 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 (GLUTEN, SOJA, MLEKO) 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] 2 035 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 282,1 Sód [mg] 3 113,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,4 suma cukrów prostych [g] 23,9
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (SOJA) 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) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 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 (GLUTEN, SOJA, MLEKO) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (SELER) MIÓD 30 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 032 Białko ogółem [g] 84,4 Tłuszcz [g] 53,5 Węglowodany ogółem [g] 327 Sód [mg] 2 793,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,5 suma cukrów prostych [g] 51,2

2026-08-16 niedziela	Jan_dieta 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) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 2 [Por] x 80 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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 (GLUTEN, SOJA, MLEKO) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	CIASTO DROŻDŻOWE 80 g (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 184,1 Białko ogółem [g] 110,9 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 299,7 Sód [mg] 3 164,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30 suma cukrów prostych [g] 41,3
	Jan_plynn wzmochniona 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 wzmochniona (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) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 100 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) MIĘSO MIELONE Z CWiARTKI Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 250 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 1 988,8 Białko ogółem [g] 86,1 Tłuszcz [g] 33,1 Węglowodany ogółem [g] 357,4 Sód [mg] 3 557,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 8,4 suma cukrów prostych [g] 60,9
	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
2026-08-17 poniedziałek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 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 (topatka wp., fasola czerwona, kukurydza, papryka, cebula, przecier pomidorowy, skrobia, olej) 120 g (GLUTEN, GORCZYCA) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g SURÓWKA WIELOWARZYNNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda) 200 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (SOJA) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tusty) 30 g (MLEKO) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 077,6 Białko ogółem [g] 86,1 Tłuszcz [g] 74,1 Węglowodany ogółem [g] 281,5 Sód [mg] 3 129,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,6 suma cukrów prostych [g] 28,1

2026-08-17 poniedziałek	Jan_dieta łatwaJawna	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) 80 g (SOJA) MUS VEGE (100g) 1 szt (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g MIÓD 25g 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 066,2 Białko ogółem [g] 79,5 Tłuszcz [g] 52 Węglowodany ogółem [g] 337,9 Sód [mg] 2 755,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5 suma cukrów prostych [g] 54,1
	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 PIETRUSZKĄ 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, 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 WIELOZIARNISTY GOTOWANY (ryż brazowy, ryż biały) 200 g SUROWKA WIELOWARZYNNA 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] 2 099,7 Białko ogółem [g] 85,2 Tłuszcz [g] 78,3 Węglowodany ogółem [g] 278,5 Sód [mg] 3 445,5 Błonnik pokarmowy [g] 40,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,5 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) KIEŁKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, SOJA, 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] 1 898,8 Białko ogółem [g] 85,2 Tłuszcz [g] 65,4 Węglowodany ogółem [g] 257,6 Sód [mg] 2 811,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,3 suma cukrów prostych [g] 26,2
	Jan_dieta łatwaJawna 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) DZEM OWOCOWY 25g 1 szt KIEŁKI 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 WARZYN 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] 1 895,5 Białko ogółem [g] 78,4 Tłuszcz [g] 50,3 Węglowodany ogółem [g] 298 Sód [mg] 2 780,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,3 suma cukrów prostych [g] 54,8

2026-08-17 poniedziałek	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) KIEŁKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, SOJA, 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] 2 268,3 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 307,8 Sód [mg] 3 089,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,9 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) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 500 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 250 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) 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] 1 953,4 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 26,4 Węglowodany ogółem [g] 355,4 Sód [mg] 3 371,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,5 suma cukrów prostych [g] 45,9
	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
2026-08-18 wtorek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 400 ml (GLUTEN, MLEKO) CHŁEB 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 (GLUTEN, SOJA, MLEKO) 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 MINISTRONE (cukinia, brokuł, fasolka szparagowa, ziemniaki, koperek, natka pietruszki) 400 ml KARCZEK PIECZONY W SOSIE WŁASNYM (karczek b/k wp., cebula, mąka pszenna, 80 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SAŁATKA Z BURACZKA (burak, jabłko, olej rzepakowy, cukier) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHŁEB 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 SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) KIEŁKI 2 g SAŁATA LÓDOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	BRZOSKWINIA 1 szt	Energia [kcal] 2 240,1 Białko ogółem [g] 76,9 Tłuszcz [g] 82,4 Węglowodany ogółem [g] 316 Sód [mg] 3 228,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,4 suma cukrów prostych [g] 65,2

2026-08-18 wtorek	Jan_dieta łatwastrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JEĆZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jećzmiennie) 400 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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 (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) KETCHUP 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 150 g	Energia [kcal] 2 054,1 Białko ogółem [g] 77,2 Tłuszcz [g] 47,8 Węglowodany ogółem [g] 348,9 Sód [mg] 2 383,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,8 suma cukrów prostych [g] 53
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węg.	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 (GLUTEN, SOJA, MLEKO) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskczuka, 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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, 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 DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 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] 1 929,1 Białko ogółem [g] 73,5 Tłuszcz [g] 64,4 Węglowodany ogółem [g] 279,1 Sód [mg] 2 295,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,7 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 (GLUTEN, SOJA, MLEKO) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 50 g (RYBA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZPINAK BABY 2 g HERBATA (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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, jabłko, 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 (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 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] 1 801,6 Białko ogółem [g] 77,1 Tłuszcz [g] 49,8 Węglowodany ogółem [g] 277,6 Sód [mg] 2 417,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,2 suma cukrów prostych [g] 36,1
	Jan_dieta łatwastrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JEĆZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jećzmiennie) 400 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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 (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 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] 2 023,2 Białko ogółem [g] 77,9 Tłuszcz [g] 50,1 Węglowodany ogółem [g] 341,1 Sód [mg] 2 237,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,7 suma cukrów prostych [g] 50,1

2026-08-18 wtorek	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 (GLUTEN, SOJA, MLEKO) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskczuka, 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) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 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 (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, 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] 2 116 Białko ogółem [g] 99,2 Tłuszcz [g] 56,9 Węglowodany ogółem [g] 321,6 Sód [mg] 2 250 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,7 suma cukrów prostych [g] 53,9
	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] 916,9 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) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) MIĘSO MIELONE Z FILETĄ Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 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) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 1 932,9 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 33,4 Węglowodany ogółem [g] 335,8 Sód [mg] 2 569,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 7,2 suma cukrów prostych [g] 61,1
	Dieta papkowata	PAPKA PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, płatki jęczmienne, 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

2026-08-19 środa	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 80 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POLEDWICA 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 CUKIER 5 g		ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA COLESŁAW (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, cukier) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB 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 (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 085,1 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 63,2 Węglowodany ogółem [g] 301,3 Sód [mg] 3 425,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,9 suma cukrów prostych [g] 51,4
	Jan_dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt MIÓD 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 JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MARCHEWKA GOTOWANA PLASTRY KARBOWANE (marchew, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 30 g (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 161,5 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 48,8 Węglowodany ogółem [g] 362,7 Sód [mg] 3 603,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23 suma cukrów prostych [g] 75,1
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) 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 (chleb graham 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SEZAM)	ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 80 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (GLUTEN, SELER) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA COLESŁAW B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, 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 (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 132,7 Białko ogółem [g] 107,8 Tłuszcz [g] 78,2 Węglowodany ogółem [g] 261,7 Sód [mg] 3 555,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,4 suma cukrów prostych [g] 20,3

2026-08-19 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 (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt KIELKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 081,6 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 71,1 Węglowodany ogółem [g] 281,9 Sód [mg] 3 484,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,4 suma cukrów prostych [g] 27,1
	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt BIANKA PIERS 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 (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) 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 ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (GLUTEN, JAJA, 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 (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt KIELKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 310,8 Białko ogółem [g] 119,5 Tłuszcz [g] 70,4 Węglowodany ogółem [g] 322,1 Sód [mg] 4 102,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,4 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

2026-08-19 środa	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) 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 (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 500 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 250 g MARCHEWKA GOTOWANA PLASTRY KARBOWANE (marchew, olej rzepakowy) 200 g HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) FILET ZAPIEKANY (dr.) 100 g (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (ANGUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 1 987,1 Białko ogółem [g] 109,6 Tłuszcz [g] 28,3 Węglowodany ogółem [g] 346,3 Sód [mg] 3 399,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,4 suma cukrów prostych [g] 47,1
	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
2026-08-20 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 POŁĘWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, 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 CUKIER 5 g		ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z RZODKIEWKI BIAŁEJ drobno tarta (rzodkiew biała, marchew, jogurt naturalny, cukier) 200 g (MLEKO) 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 (SOJA, MLEKO, SELER) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 996,4 Białko ogółem [g] 85,2 Tłuszcz [g] 58,9 Węglowodany ogółem [g] 276,9 Sód [mg] 3 778,3 Błonnik pokarmowy [g] 31 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,5 suma cukrów prostych [g] 42,9
	Jan_ dieta łatwostrawna	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 POŁTŁUSTY 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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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) 80 g (SOJA, MLEKO, SELER) MIÓD 25g 1 szt PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 314,2 Białko ogółem [g] 88,2 Tłuszcz [g] 61,5 Węglowodany ogółem [g] 354,9 Sód [mg] 3 054,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,2 suma cukrów prostych [g] 42,3

2026-08-20 czwartek

Jan_dzieta z ogr. latwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) 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, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM)	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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 (SOJA, MLEKO, SELER) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 020,7 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 64,9 Węglowodany ogółem [g] 261,2 Sód [mg] 3 887,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,3 suma cukrów prostych [g] 16,5
Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 15 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, SOJA, 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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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 (SOJA, MLEKO, SELER) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (SELER) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 056,8 Białko ogółem [g] 80,8 Tłuszcz [g] 73,7 Węglowodany ogółem [g] 266,7 Sód [mg] 3 005,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,8 suma cukrów prostych [g] 16
Jan_dzieta 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 (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 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) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 100 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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 (SELER) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 965,6 Białko ogółem [g] 70,5 Tłuszcz [g] 58,2 Węglowodany ogółem [g] 294,4 Sód [mg] 2 364,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,6 suma cukrów prostych [g] 43	
Jan_dzieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 80 g (SOJA, MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 15 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, SOJA, 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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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 (SOJA, MLEKO, SELER) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 243,6 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 81,5 Węglowodany ogółem [g] 267,8 Sód [mg] 3 581,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,8 suma cukrów prostych [g] 23,6

2026-08-20 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 ZIEMIACZANA 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) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wedłina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) MIĘSO MIELONE Z CWIARTKI Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 150 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wedłina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 1 903,5 Białko ogółem [g] 74,1 Tłuszcz [g] 35,4 Węglowodany ogółem [g] 340,4 Sód [mg] 2 539,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 9,3 suma cukrów prostych [g] 59,4
	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 ZIEMIACZANA 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
2026-08-21 piątek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (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 CUKIER 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,jaja,mąka,bulka tarta) 80 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY 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) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt KIELKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY (20g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 267,8 Białko ogółem [g] 85,1 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 327,1 Sód [mg] 2 189,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,8 suma cukrów prostych [g] 54,8
	Jan_dieta łatwowarna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKA 2SZT. Z ZIELENINĄ (jajka klasy M, zielona pietruszka) 2 szt (JAJA) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt 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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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 CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY (20g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 241,7 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 58,1 Węglowodany ogółem [g] 346,9 Sód [mg] 2 099,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,4 suma cukrów prostych [g] 66,8

2026-08-21 piątek	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SUROWKA Z KAPUSTY 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) KIELKI 2 g 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] 2 332,2 Białko ogółem [g] 104,1 Tłuszcz [g] 89,3 Węglowodany ogółem [g] 293,5 Sód [mg] 2 497,7 Błonnik pokarmowy [g] 38 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,3 suma cukrów prostych [g] 25
	Jan_cukrzycowa 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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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] 2 121,8 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 66,6 Węglowodany ogółem [g] 286,7 Sód [mg] 2 078,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 26,3
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt 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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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] 2 190,6 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 53,5 Węglowodany ogółem [g] 342,7 Sód [mg] 2 595,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,8 suma cukrów prostych [g] 48,6
	Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) 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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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] 2 302,8 Białko ogółem [g] 117,9 Tłuszcz [g] 58,3 Węglowodany ogółem [g] 334,4 Sód [mg] 2 533 Błonnik pokarmowy [g] 26 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27 suma cukrów prostych [g] 51,6

2026-08-21 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] 1 908,4 Białko ogółem [g] 96,3 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 211,5 Sód [mg] 942 Błonnik pokarmowy [g] 18,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,3 suma cukrów prostych [g] 57,6
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) 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 ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 250 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) 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] 1 922,6 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 343,5 Sód [mg] 3 586,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,3 suma cukrów prostych [g] 45,3
	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] 1 871,6 Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 215 Sód [mg] 525 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,9 suma cukrów prostych [g] 45,2
2026-08-22 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 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 (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

2026-08-22 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, SOJA, 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) POLEDWICA 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] 2 164,2 Białko ogółem [g] 85,7 Tuszcz [g] 85,7 Węglowodany ogółem [g] 279,2 Sód [mg] 3 877 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, SOJA, 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) POLEDWICA 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] 2 046,8 Białko ogółem [g] 83,3 Tuszcz [g] 63,7 Węglowodany ogółem [g] 305,3 Sód [mg] 3 549,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,7 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 (GLUTEN, SOJA, MLEKO) 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 POLEDWICA 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] 1 939,3 Białko ogółem [g] 87,4 Tuszcz [g] 40,1 Węglowodany ogółem [g] 326,9 Sód [mg] 2 987,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,5 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, SOJA, 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) POLEDWICA 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] 2 196,9 Białko ogółem [g] 96,2 Tuszcz [g] 69,9 Węglowodany ogółem [g] 315,6 Sód [mg] 3 416,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,1 suma cukrów prostych [g] 49,8

2026-08-22 sobota	Jan_płynna wzmocniona 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 ZIEMIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (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) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 250 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 100 g (SOJA, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 2 004,8 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 28 Węglowodany ogółem [g] 358,5 Sód [mg] 3 631,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,9 suma cukrów prostych [g] 60,9
	Dieta papkowata	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA ZIEMIACZANA 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	SOCZEK B/CIUKRU 200ml 1 szt	Energia [kcal] 1 808,2 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 190 Sód [mg] 556,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24 suma cukrów prostych [g] 12,7
2026-08-23 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 DĘBOWA (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) GYRÓS DROBIOWO - WIEPRZOWY (udziec z kurczaka, łopatka wp., marchew, papryka mroż., fasolka szp., przyprawy) 150 g ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY 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 (schab 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 5g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 146,3 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 304,4 Sód [mg] 3 457,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3 suma cukrów prostych [g] 65,7
	Jan_dieta łatwastrawna	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) 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) MUS JABŁKOWY B/CIUKRU (jabłka) 100 g		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) PODKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, natka pietruszki) 120 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 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 (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) CUKIER 5g	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	Energia [kcal] 2 181,9 Białko ogółem [g] 85,3 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 321,9 Sód [mg] 3 101,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 66,5

2026-08-23 niedziela

Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M (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) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY 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 (schab 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] 2 217,3 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 69,7 Węglowodany ogółem [g] 299,9 Sód [mg] 3 407,4 Błonnik pokarmowy [g] 35 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,4 suma cukrów prostych [g] 49,2
Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M (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) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY 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 (schab 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] 2 123,9 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 59,6 Węglowodany ogółem [g] 319,9 Sód [mg] 3 024,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,7 suma cukrów prostych [g] 52
Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (SOJA) MIOD 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) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY 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 (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (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] 2 259,8 Białko ogółem [g] 78,9 Tłuszcz [g] 57,6 Węglowodany ogółem [g] 360,7 Sód [mg] 3 050,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,2 suma cukrów prostych [g] 77,8
Jan_dieta bogatobiałkowa	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA 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) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY CZERWONEJ (kapusta czerwona, jabłko, olej rzepakowy, cukier, sok z cytryny) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (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] 2 438,2 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 299,7 Sód [mg] 2 796 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,4 suma cukrów prostych [g] 68,6

2026-08-23 - niedziela	Jan_plyna wzmochniona 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) 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 KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) MIĘSO MIELONE Z ĆWIARTKI Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) POLEDWICA DRÓBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wedlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 1 866,5 Białko ogółem [g] 77,9 Tłuszcz [g] 32,7 Węglowodany ogółem [g] 336,9 Sód [mg] 2 413,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 8,2 suma cukrów prostych [g] 63,3
	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