

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2026-09-21 poniedziałek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana)l 300 ml (MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) SER ŻOŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) WIEPRZOWINA PO WĘGERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, koncentrat pomidorowy) 120 g (GLUTEN) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (GLUTEN) SUROWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) POMIDOR 50 g LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 126,6 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 68,4 Węglowodany ogółem [g] 291,6 Sód [mg] 3 277,6 Błonnik pokarmowy [g] 31 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,2 suma cukrów prostych [g] 49
	Jan_dieta latwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana)l 300 ml (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.) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKE) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (GLUTEN, SOJA) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (GLUTEN) BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 045,4 Białko ogółem [g] 85,5 Tłuszcz [g] 53,5 Węglowodany ogółem [g] 320,2 Sód [mg] 2 420,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3 suma cukrów prostych [g] 82,7
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER ŻOŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) WIEPRZOWINA PO WĘGERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, koncentrat pomidorowy) 120 g (GLUTEN) MAKARON PEŁNOZIARNISTY PENNE GOTOWANY 200 g SUROWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA b/cukru (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) POMIDOR 50 g LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 949,3 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 60,7 Węglowodany ogółem [g] 273,4 Sód [mg] 2 819,7 Błonnik pokarmowy [g] 40,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,8 suma cukrów prostych [g] 23,3

2026-09-21 poniedziałek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węgl. LATWOSTR.	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) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMIAMIAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatką wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (GLUTEN, SOJA) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (GLUTEN) BURACZKI GOTOWANE B/CIUKRU (buraki, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) POMIDOR 50 g LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 820,9 Białko ogółem [g] 82,3 Tłuszcz [g] 50,3 Węglowodany ogółem [g] 274,9 Sód [mg] 2 580,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,8 suma cukrów prostych [g] 37,3
	Jan_dieta łatwa z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana)l 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMIAMIAMI B/ML (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka) 400 ml (GLUTEN, SELER) ŁOPATKA DUSZONA MIĘKKA W SOSIE (łopatką wp., mąka pszenna) 80 g (GLUTEN) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (GLUTEN) BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5g	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 2 018,1 Białko ogółem [g] 83,5 Tłuszcz [g] 44,2 Węglowodany ogółem [g] 332,2 Sód [mg] 2 943,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,5 suma cukrów prostych [g] 74,5
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMIAMIAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatką wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 200 g (GLUTEN, SOJA) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (GLUTEN) BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 045,8 Białko ogółem [g] 103,8 Tłuszcz [g] 61,3 Węglowodany ogółem [g] 283,7 Sód [mg] 3 028,9 Błonnik pokarmowy [g] 23 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,8 suma cukrów prostych [g] 45,4
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ l (mleko 2%, kasza kukurydziana) 500 ml (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	PAPKA ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMIAMIAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatką, wp. ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka) 500 ml (SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatką, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 884,3 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany ogółem [g] 228,4 Sód [mg] 575,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3 suma cukrów prostych [g] 54,5

2026-09-21 poniedziałek	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) SZYNKA POLEDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO)	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 PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) BIANKA PIERS GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO)	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 1 994,4 Białko ogółem [g] 92,4 Tłuszcz [g] 41,8 Węglowodany ogółem [g] 332 Sód [mg] 3 412,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18 suma cukrów prostych [g] 48,5
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza kukurydziana, włoszczyzna) 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 ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 2 089,3 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 86,1 Węglowodany ogółem [g] 244,4 Sód [mg] 598,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,7 suma cukrów prostych [g] 37,7
2026-09-22 wtorek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA TWAROGOWA Z MAKREŁĄ (ser biały, makreła wędzona, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (MLEKO, SELER) KOTLET MIELONY PIECZONY (łopatka wp., cebula, jajka kl.M, bułka tarta, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SUROWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA (marchew, seler, olej rzepakowy) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 60 g HERBATA (250ml) 1 szt	ŚLIWKI 3 szt	Energia [kcal] 2 158 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 285,4 Sód [mg] 4 068,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,1 suma cukrów prostych [g] 32
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA TWAROGOWA Z MAKREŁĄ (ser biały, makreła wędzona, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 80 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	Energia [kcal] 2 224,2 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 340,4 Sód [mg] 3 137,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29 suma cukrów prostych [g] 45,9
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węgl. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA TWAROGOWA Z MAKREŁĄ (ser biały, makreła wędzona, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SEZAM)	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (MLEKO, SELER) KOTLET MIELONY PIECZONY (łopatka wp., cebula, jajka kl.M, bułka tarta, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SUROWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA b/cukru (marchew, seler, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 60 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 229,8 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 88,6 Węglowodany ogółem [g] 272,9 Sód [mg] 4 472,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,1 suma cukrów prostych [g] 24,1

2026-09-22 wtorek	Jan_dieta z ogr. latwostraw. weg. LATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA TWAROGOWA Z MAKREŁĄ (ser biały, makreła wędzona, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) KIEŁKI 2 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER)	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 80 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 012,8 Białko ogółem [g] 100,7 Tłuszcz [g] 69,5 Węglowodany ogółem [g] 266,2 Sód [mg] 3 422 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,5 suma cukrów prostych [g] 27,9
	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PASTA TWAROGOWA Z MAKREŁĄ (ser biały, makreła wędzona, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (piers z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt BURAKI GOTOWANE PLASTRY 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 081,4 Białko ogółem [g] 111,8 Tłuszcz [g] 60,7 Węglowodany ogółem [g] 293,3 Sód [mg] 3 114,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,2 suma cukrów prostych [g] 47,8
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA TWAROGOWA Z MAKREŁĄ (ser biały, makreła wędzona, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) KIEŁKI 2 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	MUS Z GRUSZKI 100 g	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 120 g (GLUTEN, JAJA) SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 100 g (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 80 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 090,7 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany ogółem [g] 289,3 Sód [mg] 3 413,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31 suma cukrów prostych [g] 41,5
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI OWSIANYMI I (mleko 2%, płatki owsiane) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS Z GRUSZKI 150 g	PAPKA ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM I ŁOPATKĄ WZMOCNIONĄ (łopatka, włoszczyzna, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MASŁANKA 200 ml (MLEKO)	Energia [kcal] 1 887,1 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 80,4 Węglowodany ogółem [g] 229,3 Sód [mg] 625 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,2 suma cukrów prostych [g] 36,3

2026-09-22 wtorek	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 MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO)	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 PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 120 g (GLUTEN)	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) FILET ZAPIEKANY (dr.) 100 g (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO)	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	Energia [kcal] 2 081,2 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 44,5 Węglowodany ogółem [g] 336,7 Sód [mg] 3 447,7 Błonnik pokarmowy [g] 23 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,2 suma cukrów prostych [g] 65,6
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, włoszczyzna, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS Z GRUSZKI 150 g	Energia [kcal] 1 907,5 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 82,8 Węglowodany ogółem [g] 222,3 Sód [mg] 577,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,7 suma cukrów prostych [g] 19,5
2026-09-23 środa	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) POMIDOR 50 g SZPINAK BABY 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 1 981,3 Białko ogółem [g] 87,1 Tłuszcz [g] 41,5 Węglowodany ogółem [g] 315,7 Sód [mg] 2 910,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,3 suma cukrów prostych [g] 62,3
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) KETCHUP 20 g MIÓD 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 80 g (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 141,5 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 41,8 Węglowodany ogółem [g] 365,7 Sód [mg] 3 170,3 Błonnik pokarmowy [g] 30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,7 suma cukrów prostych [g] 70,1
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węgl. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) POMIDOR 50 g SZPINAK BABY 2 g HERBATA (250ml) 1 szt KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	POMARAŃCZA (150g) 1 szt	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, ziola) 80 g (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 012,7 Białko ogółem [g] 99,2 Tłuszcz [g] 43,3 Węglowodany ogółem [g] 308,3 Sód [mg] 3 097,6 Błonnik pokarmowy [g] 41,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,9 suma cukrów prostych [g] 59,2

2026-09-23 środa	Jan_dieta z ogr. łatwości sw. weg. ŁATWOŚĆ	ANGIELKA 120 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) POMIDOR 50 g SZPINAK BABY 2 g HERBATA (250ml) 1 szt KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 120 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zioła) 80 g (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CIUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 026,7 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 42,3 Węglowodany ogółem [g] 322,7 Sód [mg] 3 240,2 Błonnik pokarmowy [g] 30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,4 suma cukrów prostych [g] 54,3
	Jan_dieta łatwości trawna z ogr. tłuszczu (D05)	RYŻ NA WYWARZE JARZYNOWYM (ryż biały, marchew, pietruszka, seler) 300 ml (SELER) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) MARMOLADA 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, 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) 100 g KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zioła) 80 g (MLEKO) PIETRUSZKA GOTOWANA PŁASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 070,9 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 40,5 Węglowodany ogółem [g] 352,1 Sód [mg] 2 976,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 15,1 suma cukrów prostych [g] 84,8
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 150 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zioła) 100 g (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 279,5 Białko ogółem [g] 120,2 Tłuszcz [g] 54,4 Węglowodany ogółem [g] 338,2 Sód [mg] 3 374,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,6 suma cukrów prostych [g] 60,5
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z RYŻEM BIAŁYM (ryż, mleko) 500 ml (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIA CZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 1 954,5 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 83,5 Węglowodany ogółem [g] 226,9 Sód [mg] 656,7 Błonnik pokarmowy [g] 17,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3 suma cukrów prostych [g] 75,9

2026-09-23 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 MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO)	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) MIESO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) POŁEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 1 891 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 34 Węglowodany ogółem [g] 327,2 Sód [mg] 2 642 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 12,4 suma cukrów prostych [g] 51,1
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMIANKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	Energia [kcal] 1 861,6 Białko ogółem [g] 102,5 Tłuszcz [g] 85,5 Węglowodany ogółem [g] 190,7 Sód [mg] 598,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 39,6
2026-09-24 czwartek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA Z CIECIERZICY Z SUSZONYMI POMIDORAMI 50 g (SELER, SO2) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEM KISZONYM (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, olej rzepakowy) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt CUKIER 5 g HERBATA (250ml) 1 szt JABŁKO (120g) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 156,5 Białko ogółem [g] 76,5 Tłuszcz [g] 66,6 Węglowodany ogółem [g] 314,8 Sód [mg] 2 921,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26 suma cukrów prostych [g] 43,3
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	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) PLAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) KETCHUP 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 177,7 Białko ogółem [g] 81,7 Tłuszcz [g] 57,9 Węglowodany ogółem [g] 338,1 Sód [mg] 3 002,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,2 suma cukrów prostych [g] 59,4
	Jan_dieta z ogr. łatwostrzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA Z CIECIERZICY Z SUSZONYMI POMIDORAMI 50 g (SELER, SO2) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA FASOLOWA Z ZIEMIANKAMI (fasola Jaś, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, kielbasa domow, mąka, cebula) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEM KISZONYM b/cukru (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, olej rzepakowy) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 083 Białko ogółem [g] 77,5 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 293,6 Sód [mg] 2 758,1 Błonnik pokarmowy [g] 44,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,6 suma cukrów prostych [g] 21

2026-09-24 czwartek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. LATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (GLUTEN, SOJA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) SALATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt MUS OWOCOWY (100g) 1 szt	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 995,7 Białko ogółem [g] 78,4 Tłuszcz [g] 55,8 Węglowodany ogółem [g] 299 Sód [mg] 3 002,5 Błonnik pokarmowy [g] 32 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,7 suma cukrów prostych [g] 43,8
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA) DZEM OWOCOWY 25g 1 szt KETCHUP 20 g SALATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (SOJA) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 031,4 Białko ogółem [g] 75,1 Tłuszcz [g] 49,1 Węglowodany ogółem [g] 324,3 Sód [mg] 2 636,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,6 suma cukrów prostych [g] 56,3
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (GLUTEN, SOJA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) SALATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 150 g SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 100 g (SOJA) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 115,1 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 59,4 Węglowodany ogółem [g] 300,2 Sód [mg] 3 186,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 34,3
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, makaron zacierka, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 884,4 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 72,2 Węglowodany ogółem [g] 243,1 Sód [mg] 619,2 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,6 suma cukrów prostych [g] 71,6

2026-09-24 czwartek		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 BANAN (180g) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO)	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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ zmieloną (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO)	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 2 316 Białko ogółem [g] 79,1 Tłuszcz [g] 56,7 Węglowodany ogółem [g] 398,4 Sód [mg] 2 599,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,2 suma cukrów prostych [g] 87,3
		Dieta papkowata (D11)	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, makaron zacierka, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS OWOCOWY (100g) 1 szt	Energia [kcal] 1 849,5 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 79,7 Węglowodany ogółem [g] 213 Sód [mg] 644,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,5 suma cukrów prostych [g] 28,8
2026-09-25 piątek		Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZUPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GORCZYCA) PAPRYKA KONSERWOWA 50 g (GORCZYCA) POMARAŃCZA (150g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA MINISTRONE (ziemniaki, włoszczyzna, kapusta biała, kalafior, fasolka, brokuł, przecier pomidorowy) 400 ml (GLUTEN, SELER) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morszczuka, jajka, mąka, bułka tarta) 80 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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) SER BIAŁY POŁTŁUSTY KRAJANKA 50 g (MLEKO) MARMOLADA 30 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK ŚMIETANKOWY (20g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 202,4 Białko ogółem [g] 76,1 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 330,1 Sód [mg] 2 460,4 Błonnik pokarmowy [g] 36 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,3 suma cukrów prostych [g] 65,7
		Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER) MIÓD 25g 1 szt MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY POŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) MARMOLADA 30 g MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK ŚMIETANKOWY (20g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 195,3 Białko ogółem [g] 83,5 Tłuszcz [g] 52,4 Węglowodany ogółem [g] 353,4 Sód [mg] 2 316,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22 suma cukrów prostych [g] 62,8
		Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZUPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GORCZYCA) POMARAŃCZA (150g) 1 szt PAPRYKA KONSERWOWA 50 g (GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA MINISTRONE (ziemniaki, włoszczyzna, kapusta biała, kalafior, fasolka, brokuł, przecier pomidorowy) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona, pietruszka, ksylitol) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY POŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 280,8 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 85,8 Węglowodany ogółem [g] 299,9 Sód [mg] 2 819,8 Błonnik pokarmowy [g] 41,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33 suma cukrów prostych [g] 32,5

2026-09-25 piątek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. weg. LATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GORCZYCA) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (angielka 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTLUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 013,5 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 265,8 Sód [mg] 2 420,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,5 suma cukrów prostych [g] 25,2
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt MIÓD 25g 1 szt SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SER BIAŁY PÓŁTLUSTY KRAJANKA 50 g (MLEKO) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g KIELKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 031,7 Białko ogółem [g] 80,9 Tłuszcz [g] 45,1 Węglowodany ogółem [g] 340,9 Sód [mg] 1 994 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,6 suma cukrów prostych [g] 55
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (JAJA, GORCZYCA) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (angielka 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 150 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTLUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 419,3 Białko ogółem [g] 118,7 Tłuszcz [g] 79,8 Węglowodany ogółem [g] 322,1 Sód [mg] 2 591,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 37,4
	Jan_plyna wzmochniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z RYŻEM BIAŁYM (ryż, mleko) 500 ml (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza jęczmienna, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK WIEJSKI (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 888,5 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 80,7 Węglowodany ogółem [g] 212,7 Sód [mg] 925,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,2 suma cukrów prostych [g] 58,3

2026-09-25 piątek	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 MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO)	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 PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	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 MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO)	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 1 978,6 Białko ogółem [g] 89,5 Tłuszcz [g] 43,9 Węglowodany ogółem [g] 323,3 Sód [mg] 2 508,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,1 suma cukrów prostych [g] 46,9
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (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 ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	Energia [kcal] 1 864,6 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 82,2 Węglowodany ogółem [g] 204,4 Sód [mg] 537,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,4 suma cukrów prostych [g] 44,3
2026-09-26 sobota	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDÓR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JECZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDA (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) BIANKA PIERS GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (SELER, GORCZYCA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 059 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 56,8 Węglowodany ogółem [g] 307,1 Sód [mg] 4 007,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25 suma cukrów prostych [g] 60,3
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	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) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JECZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) BIANKA PIERS GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (SELER, GORCZYCA) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 121,4 Białko ogółem [g] 86,4 Tłuszcz [g] 46,4 Węglowodany ogółem [g] 356,3 Sód [mg] 2 762,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,9 suma cukrów prostych [g] 75,1

2026-09-26 sobota	Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. weg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SÉREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL B/CUKRU (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA BARSZCZ UKRAIŃSKI (buraki, kapusta biała, ziemniaki, fasola Jaś, marchew, pietruszka, seler, cebula, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SUROWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDA (ogórek kiszony, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g (GORCZYCA)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g (GLUTEN) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 1 992,2 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 278,8 Sód [mg] 4 862,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30 suma cukrów prostych [g] 32,2
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. weg. LATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SÉREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) ROSZPONKA 5 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL B/CUKRU (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA BARSZCZ UKRAIŃSKI (buraki, kapusta biała, ziemniaki, fasola Jaś, marchew, pietruszka, seler, cebula, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) SAŁATA LODOWA 10 g KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO)	Energia [kcal] 2 043,1 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 56,8 Węglowodany ogółem [g] 309,8 Sód [mg] 3 865,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,5 suma cukrów prostych [g] 34,5
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	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 SÉREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) ROSZPONKA 5 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 50 g (SELER, GORCZYCA) SAŁATA LODOWA 10 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 1 956,6 Białko ogółem [g] 87,1 Tłuszcz [g] 40,1 Węglowodany ogółem [g] 326,9 Sód [mg] 2 333,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,2 suma cukrów prostych [g] 63,2
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	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) SÉREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) ROSZPONKA 5 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 150 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (SELER, GORCZYCA) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt SAŁATA LODOWA 10 g	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 126,5 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 54,8 Węglowodany ogółem [g] 316,4 Sód [mg] 2 798,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,9 suma cukrów prostych [g] 64,6

2026-09-26 sobota	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 928,5 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 89,6 Węglowodany ogółem [g] 202,3 Sód [mg] 589,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29 suma cukrów prostych [g] 33,7
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) POŁEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO)	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA B/MLEKA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) MIESO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) KASZA JEĆZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) FILET ZAPIEKANY (dr.) 100 g (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO)	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 2 124,6 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 41,8 Węglowodany ogółem [g] 356,4 Sód [mg] 2 645,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,3 suma cukrów prostych [g] 61,9
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS Z GRUSZKI 150 g	Energia [kcal] 1 919 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 223,2 Sód [mg] 557,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,3 suma cukrów prostych [g] 22
2026-09-27 niedziela	Jan_dieta podstawowa (D01)	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 30 g (GLUTEN, SOJA) SALATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO)		ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, natka pietruszki) 120 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SALATKA Z BURACZKA (burak, 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) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (MLEKO) POMIDOR 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 194,9 Białko ogółem [g] 85,2 Tłuszcz [g] 82,2 Węglowodany ogółem [g] 273,2 Sód [mg] 3 213,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,3 suma cukrów prostych [g] 59,5
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 30 g (GLUTEN, SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO)		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, natka pietruszki) 120 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) KETCHUP 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 017,1 Białko ogółem [g] 76,7 Tłuszcz [g] 54,2 Węglowodany ogółem [g] 304,4 Sód [mg] 3 161,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,1 suma cukrów prostych [g] 71,2

2026-09-27 niedziela

Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. weg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 30 g (GLUTEN, SOJA) SALATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, chleb graham 30g, masło10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMIANKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SALATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, jabłko, olej rzepakowy, ksylitol) 100 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (MLEKO) POMIDOR 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 223,7 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 85,9 Węglowodany ogółem [g] 258,3 Sód [mg] 3 119,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,5 suma cukrów prostych [g] 25,8
Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. weg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 30 g (GLUTEN, SOJA) MUS OWOCOWY (100g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO)	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMIANKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (MLEKO) SZPINAK BABY 2 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 069,1 Białko ogółem [g] 85,6 Tłuszcz [g] 60,6 Węglowodany ogółem [g] 291 Sód [mg] 2 469,8 Błonnik pokarmowy [g] 24 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,7 suma cukrów prostych [g] 51,4
Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA) RUKOLA 4 g MUS OWOCOWY (100g) 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO)		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMIANKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 50 g (MLEKO) DŻEM OWOCOWY 25g 2 szt SZPINAK BABY 2 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	Energia [kcal] 1 987,9 Białko ogółem [g] 69,1 Tłuszcz [g] 45,1 Węglowodany ogółem [g] 322,6 Sód [mg] 2 105,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,4 suma cukrów prostych [g] 76,3
Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA) MUS OWOCOWY (100g) 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO)	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO)	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 150 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMIANKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 100 g (MLEKO) SZPINAK BABY 2 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 289,8 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 306,4 Sód [mg] 2 708,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,8 suma cukrów prostych [g] 63,7

2026-09-27 niedziela	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 096,2 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 98,1 Węglowodany ogółem [g] 242,8 Sód [mg] 978,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 49,3
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA B/MLEKA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) MIESO MIELONE Z ĆWIARTKI Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁEDWICA DROBIOWA* 100 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 2 040,8 Białko ogółem [g] 74,2 Tłuszcz [g] 51,6 Węglowodany ogółem [g] 341,4 Sód [mg] 2 460,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,1 suma cukrów prostych [g] 47,3
	Dieta papkowata (D11)	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 MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 1 999,9 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 97 Węglowodany ogółem [g] 222,8 Sód [mg] 653,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,3 suma cukrów prostych [g] 34,2
2026-09-28 poniedziałek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (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 Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) SOS BOŁOŃSKI Z WARZYWAMI DUSZONY (topatka wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 120 g (GLUTEN) MAKARON PEŁNOZIARNISTY PENNE GOTOWANY 200 g SUROWKA COLESŁAW DROBNO SIEKANA (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, cukier) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTLUSTY 50 g (MLEKO) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz., fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, ziel. pietruszka, olej rzepakowy) 50 g (GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 170,2 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 53,1 Węglowodany ogółem [g] 348 Sód [mg] 2 964,3 Błonnik pokarmowy [g] 44,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,3 suma cukrów prostych [g] 70,7
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) KETCHUP 20 g MIÓD 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKE) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (GLUTEN, SOJA) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTLUSTY 50 g (MLEKO) GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM (145g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 227,3 Białko ogółem [g] 92,2 Tłuszcz [g] 47,8 Węglowodany ogółem [g] 374,5 Sód [mg] 2 592 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,7 suma cukrów prostych [g] 75,2

2026-09-28 poniedziałek

Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. weg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) SOS BOŁOŃSKI Z WARZYWAMI DUSZONY (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 120 g (GLUTEN) MAKARON PEŁNOZIARNISTY PENNE GOTOWANY 200 g SURÓWKA COLESŁAW DROBNO SIEKANA B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, ksylitol) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (MLEKO) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz., fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycy, ziel. pietruszka, olej rzepakowy) 50 g (GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL B/CUKRU (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	Energia [kcal] 1 976,5 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 52,7 Węglowodany ogółem [g] 292,3 Sód [mg] 2 735,4 Błonnik pokarmowy [g] 45,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,8 suma cukrów prostych [g] 32,3
Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. weg. LATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKE) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (GLUTEN, SOJA) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (MLEKO) RUKOLA 2g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER)	Energia [kcal] 1 909,4 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 55,2 Węglowodany ogółem [g] 266 Sód [mg] 2 782,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,9 suma cukrów prostych [g] 22,9
Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKE) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (GLUTEN, SOJA) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POŁEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (MLEKO) RUKOLA 2g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 034 Białko ogółem [g] 92,2 Tłuszcz [g] 47,2 Węglowodany ogółem [g] 325,3 Sód [mg] 2 450,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,6 suma cukrów prostych [g] 68,2
Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKE) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g (GLUTEN, SOJA) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (MLEKO) RUKOLA 2g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 058,4 Białko ogółem [g] 102,1 Tłuszcz [g] 53,7 Węglowodany ogółem [g] 306,6 Sód [mg] 2 264,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26 suma cukrów prostych [g] 71,5

2026-09-28 poniedziałek	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI OWSIANYMI I (mleko 2%, płatki owsiane) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 937 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 88,3 Węglowodany ogółem [g] 209,6 Sód [mg] 562,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,7 suma cukrów prostych [g] 43,1
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIA INDYČA (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 100 g (SOJA, SELER, GORCZYČA) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA B/MLEKA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) MIESO MIELONE Z FILETA Z KURČAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) 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) POŁEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MŁĘKO, SELER, GORCZYČA) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORČJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 2 105,3 Białko ogółem [g] 100,7 Tłuszcz [g] 40,2 Węglowodany ogółem [g] 354,7 Sód [mg] 2 696,8 Błonnik pokarmowy [g] 27 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,7 suma cukrów prostych [g] 63,1
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, płatki owsiane, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	Energia [kcal] 1 803,7 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 87,1 Węglowodany ogółem [g] 178,4 Sód [mg] 574 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,8 suma cukrów prostych [g] 13,9
2026-09-29 wtorek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) CHŁEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 80 g (RYBA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYČA) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) LECZO Z KIELBASA (kielbasa, cukinia, papryka, cebula, przecier pomidorowy, mąka pszenna, olej rzepakowy) 250 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYČA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g CHŁEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA) SER BIAŁY POŁTLUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 014,5 Białko ogółem [g] 80,4 Tłuszcz [g] 57,9 Węglowodany ogółem [g] 305,4 Sód [mg] 3 407,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30 suma cukrów prostych [g] 50,4
	Jan_dieta latwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 70 g (RYBA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIEČZONA (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) MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA) SER BIAŁY POŁTLUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) KETCHUP 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 109,8 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 50,5 Węglowodany ogółem [g] 352,9 Sód [mg] 2 509,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 71,4

2026-09-29 wtorek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 80 g (RYBA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (lopotka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA WIELOWARZYZNA b/cukru (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda, ksylitol) 200 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PLAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA) SER BIAŁY POŁTŁUSTY KRAJANKA 50 g (MLEKO) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g RUKOLA 2g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 033,2 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 67 Węglowodany ogółem [g] 291,9 Sód [mg] 2 871,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 38
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. LATWOSTR.	ANGIELKA 120 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 100 g (RYBA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, brokuł, marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (lopotka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 120 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PLAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA) SER BIAŁY POŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 987,7 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 51,4 Węglowodany ogółem [g] 313,2 Sód [mg] 2 292 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,3 suma cukrów prostych [g] 28
	Jan_dieta łatwowarowna z ogr. tłuszczu (D05)	ANGIELKA 120 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 80 g (RYBA) SAŁATA LODOWA 10 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, brokuł, marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (lopotka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	POMIDOR 50 g ANGIELKA 120 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PLAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 30 g (GLUTEN, SOJA) SER BIAŁY POŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) RUKOLA 2g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 931,3 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 43,6 Węglowodany ogółem [g] 325,2 Sód [mg] 2 048,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,1 suma cukrów prostych [g] 45,5
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 150 g (RYBA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, brokuł, marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (lopotka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 120 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PLAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA) SER BIAŁY POŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) RUKOLA 2g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 281,9 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 57,3 Węglowodany ogółem [g] 360,8 Sód [mg] 2 571,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,4 suma cukrów prostych [g] 57,4

2026-09-29 wtorek	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (płatki ryżowe, mleko) 500 ml (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	PAPKA ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, brokuł, włoszczyzna) 500 ml (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	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 874,5 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 216,9 Sód [mg] 646 Błonnik pokarmowy [g] 24 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5 suma cukrów prostych [g] 52,5
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) 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 ZIEMNIACZANA B/MLEKA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) MIESO MIELONE Z FILETA 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) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POLEDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 2 023,9 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 43,6 Węglowodany ogółem [g] 336,6 Sód [mg] 2 546,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,9 suma cukrów prostych [g] 47,2
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA PŁATKI RYŻOWE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka wp., marchew, seler, pietruszka, płatki ryżowe) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, brokuł, włoszczyzna) 500 ml (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	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 1 863,8 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 85,2 Węglowodany ogółem [g] 200,5 Sód [mg] 616,1 Błonnik pokarmowy [g] 28 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,6 suma cukrów prostych [g] 35,3
2026-09-30 środa	Jan_dieta podstawowa (D01)	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) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g RUKOLA 2 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI drobnotarta (marchew, olej rzepakowy, cukier, sok z cytryny) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g MIX SAŁAT (rukola, roszponka, szpinak baby) 10 g	ŚLIWKI 3 szt	Energia [kcal] 2 261,3 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany ogółem [g] 307 Sód [mg] 3 032,6 Błonnik pokarmowy [g] 41,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,2 suma cukrów prostych [g] 42,2
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	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) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) MIOD 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 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)	Energia [kcal] 2 318,3 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 70,1 Węglowodany ogółem [g] 327,9 Sód [mg] 3 156,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 40,3

2026-09-30 środa	Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. weg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt RUKOLA 2 g	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI b/c drobnotarta (marchew, olej rzepakowy, sok z cytryny, ksylitol) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g HERBATA (250ml) 1 szt MIX SAŁAT (rukola, roszponka, szpinak baby) 10 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 2 263,3 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 83,2 Węglowodany ogółem [g] 278,1 Sód [mg] 3 344,5 Błonnik pokarmowy [g] 43,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,7 suma cukrów prostych [g] 21,4
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. weg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 100 g (SOJA, GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt SZPINAK BABY 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) MIX SAŁAT (rukola, roszponka, szpinak baby) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO)	Energia [kcal] 2 061,7 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 68,5 Węglowodany ogółem [g] 268,8 Sód [mg] 3 331,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,7 suma cukrów prostych [g] 22,5
	Jan_dieta łatwowstrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt BIANKA PIERŚ GOTOWANA Ż INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (SELER, GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt SZPINAK BABY 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO)	Energia [kcal] 2 205,6 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 308,7 Sód [mg] 2 857 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,7 suma cukrów prostych [g] 38,7
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	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) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) SZPINAK BABY 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 100 g MIX SAŁAT (rukola, roszponka, szpinak baby) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	ŚLIWKI 3 szt	Energia [kcal] 2 194,9 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 64,5 Węglowodany ogółem [g] 312 Sód [mg] 2 838,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,4 suma cukrów prostych [g] 45,2

2026-09-30 środa	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 500 ml (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	PAPKA ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczy, kon. pomidorowy, mąka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 1 864,1 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 79,1 Węglowodany ogółem [g] 215 Sód [mg] 643,3 Błonnik pokarmowy [g] 18,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,9 suma cukrów prostych [g] 46,9
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 100 g (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 1 994,9 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 48 Węglowodany ogółem [g] 310,2 Sód [mg] 3 544,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,4 suma cukrów prostych [g] 45,4
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, 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 OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	Energia [kcal] 1 861,3 Białko ogółem [g] 95,1 Tłuszcz [g] 79,3 Węglowodany ogółem [g] 209,6 Sód [mg] 613,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,1 suma cukrów prostych [g] 42,1
2026-10-01 czwartek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (GLUTEN, JAJA, 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) MARMOLADA 30 g SALATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (salata lodowa, rukola, salata radicchio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta biała, kielbasa wp., marchew, seler, pietruszka, przecier pomidorowy) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN, SELER) RYŻ WIELOZIARNSTY GOTOWANY (ryż brązowy, ryż biały) 200 g SURÓWKA COLESŁAW (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, cukier) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 30 g (SOJA, SELER) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 274,1 Białko ogółem [g] 86,5 Tłuszcz [g] 83,6 Węglowodany ogółem [g] 308,3 Sód [mg] 3 923,7 Błonnik pokarmowy [g] 33 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,3 suma cukrów prostych [g] 58
	Jan_dieta łatwastrawna (D02)	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) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) MARMOLADA 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM (145g) 1 szt		ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN, SELER) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) DUBOIS NIE KROIC 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 30 g (SOJA, SELER) PIETRUSZKA GOTOWANA PŁASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 100 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 355 Białko ogółem [g] 82,4 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 369,7 Sód [mg] 2 749,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,8 suma cukrów prostych [g] 81,9

2026-10-01 czwartek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TOPIONY 17,5g 1 szt (MLEKO) SALATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	ZUPA KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta biała, kielbasa wp., marchew, seler, pietruszka, przecier pomidorowy) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER) SOS MIESNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN, SELER) RYŻ WIELOZIARNYSTY GOTOWANY (ryż brązowy, ryż biały) 200 g SUROWKA COLESŁAW B/CIUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, ksylitol) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SOZ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER) SZYNKA Z NOVE (szynka wp., wędzona, parzona) 30 g (SOJA, SELER) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 196 Białko ogółem [g] 84,2 Tłuszcz [g] 85,9 Węglowodany ogółem [g] 285,4 Sód [mg] 3 979,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,9 suma cukrów prostych [g] 20,7
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. LATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) KIEŁKI 4 g ROSZPONKA 5 g HERBATA (250ml) 1 szt	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SOS MIESNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 150 g (GLUTEN, SELER) RYŻ WIELOZIARNYSTY GOTOWANY (ryż brązowy, ryż biały) 200 g SALATA Z MASŁANKĄ 50/50g 1 Por (MLEKO) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER) SZYNKA Z NOVE (szynka wp., wędzona, parzona) 30 g (SOJA, SELER) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 052,7 Białko ogółem [g] 81,9 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 284,9 Sód [mg] 2 979,3 Błonnik pokarmowy [g] 19,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,3 suma cukrów prostych [g] 21,3
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	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 SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) MARMOLADA 50 g KIEŁKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM (145g) 1 szt		ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 g (GLUTEN) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA Z NOVE (szynka wp., wędzona, parzona) 80 g (SOJA, SELER) PIETRUSZKA GOTOWANA PŁASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 100 g LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 302,7 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 60,5 Węglowodany ogółem [g] 365,4 Sód [mg] 2 817,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,5 suma cukrów prostych [g] 80,5
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	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) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) KIEŁKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	MUS OWOCOWY (100g) 1 szt	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (GLUTEN) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) 100 g (GLUTEN, SOJA, SELER) SZYNKA Z NOVE (szynka wp., wędzona, parzona) 30 g (SOJA, SELER) PIETRUSZKA GOTOWANA PŁASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 100 g LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 377,7 Białko ogółem [g] 103,1 Tłuszcz [g] 78,9 Węglowodany ogółem [g] 324,9 Sód [mg] 3 329,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33 suma cukrów prostych [g] 57,2

2026-10-01 czwartek	Jan_plyna wzmochniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS OWOCOWY (100g) 1 szt	PAPKA ZUPA ZIEMIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmochniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 920,5 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 89,6 Węglowodany ogółem [g] 198,5 Sód [mg] 587,2 Błonnik pokarmowy [g] 21 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29 suma cukrów prostych [g] 49,7
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (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) MIESO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 100 g (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 2 036,8 Białko ogółem [g] 102,3 Tłuszcz [g] 45,2 Węglowodany ogółem [g] 315,2 Sód [mg] 3 359,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,4 suma cukrów prostych [g] 47,5
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA ZIEMIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmochniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, 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	MUS Z GRUSZKI 150 g	Energia [kcal] 1 919 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 223,2 Sód [mg] 557,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,3 suma cukrów prostych [g] 22
2026-10-02 piątek	Jan_dieta podstawowa (D01)	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) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morskczuka, jajka, mąka, bułka tarta) 80 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMIANKI 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	JABŁKO (120g) 1 szt CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (MLEKO) POMIDOR 60 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g	CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 100 g	Energia [kcal] 2 203,2 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 76,3 Węglowodany ogółem [g] 309,9 Sód [mg] 2 762,4 Błonnik pokarmowy [g] 48,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,7 suma cukrów prostych [g] 29,8
	Jan_dieta latwostrawna (D02)	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) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morskczuka, tymianek, sól) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) 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) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (MLEKO) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 036,8 Białko ogółem [g] 78,9 Tłuszcz [g] 46,1 Węglowodany ogółem [g] 352 Sód [mg] 2 098,2 Błonnik pokarmowy [g] 33 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,6 suma cukrów prostych [g] 71,7

2026-10-02 piątek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. weg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (JAJA, GORCZYCA) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona, pietruszka, ksylitol) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (MLEKO) POMIDOR 60 g SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g	CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 100 g	Energia [kcal] 2 168 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 78,4 Węglowodany ogółem [g] 296,2 Sód [mg] 2 549,6 Błonnik pokarmowy [g] 51,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,6 suma cukrów prostych [g] 19,8
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. weg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (JAJA, GORCZYCA) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (MLEKO) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g POMIDOR 60 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 1 928,3 Białko ogółem [g] 79,5 Tłuszcz [g] 52,4 Węglowodany ogółem [g] 304,3 Sód [mg] 1 720,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,4 suma cukrów prostych [g] 44,4
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	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 POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (MLEKO) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 1 990,5 Białko ogółem [g] 83,5 Tłuszcz [g] 41,8 Węglowodany ogółem [g] 346 Sód [mg] 1 846,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 15,3 suma cukrów prostych [g] 70,3
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	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) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 150 g (JAJA, GORCZYCA) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 150 g (RYBA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (MLEKO) MIOD 25g 1 szt SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 263,1 Białko ogółem [g] 112,8 Tłuszcz [g] 71,4 Węglowodany ogółem [g] 315,6 Sód [mg] 2 189 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 45,1

2026-10-02 piątek	Jan_płynna wzmocniona (D12)	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 KASZY JĘCZMIENNEJ Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza jęczmienna, włoszczyzna) 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] 1 896,9 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 88,7 Węglowodany ogółem [g] 199,9 Sód [mg] 1 330,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,5 suma cukrów prostych [g] 26,5
	Dieta w biegunce	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	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA B/MLEKA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) BIANKA PIERS GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonie niejadalnej) 100 g (SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO)	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g	Energia [kcal] 1 895 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 32,4 Węglowodany ogółem [g] 325,4 Sód [mg] 2 562,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 12,2 suma cukrów prostych [g] 52,1
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, płatki jęczmienne, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, kasza jęczmienna, włoszczyzna) 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] 1 979,6 Białko ogółem [g] 102,4 Tłuszcz [g] 88,1 Węglowodany ogółem [g] 219,2 Sód [mg] 1 022,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5 suma cukrów prostych [g] 42,1
2026-10-03 sobota	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) STEK WP. Z CEBULKĄ PIECZONY (łopatka wp., cebula, mąka pszenna) 100 g (JAJA) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA b/cukru (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (MLEKO) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 155 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 310,2 Sód [mg] 2 879 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,3 suma cukrów prostych [g] 37,1
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, przecier pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 089,2 Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 50,3 Węglowodany ogółem [g] 332,8 Sód [mg] 3 167,1 Błonnik pokarmowy [g] 29 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,2 suma cukrów prostych [g] 42

2026-10-03 sobota

Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. weg. (D03)	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) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SEZAM)	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) STEK WP. Z CEBULĄ PIECZONY (łopatka wp., cebula, mąka pszenna) 100 g (JAJA) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SUROWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (MLEKO) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 061,5 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 266,6 Sód [mg] 3 604,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,4 suma cukrów prostych [g] 19,9
Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. weg. ŁATWOSTR.	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) KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER)	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, przecier pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 908,5 Białko ogółem [g] 86,5 Tłuszcz [g] 51,2 Węglowodany ogółem [g] 287,3 Sód [mg] 3 523,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,7 suma cukrów prostych [g] 23,4
Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 g (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 026,4 Białko ogółem [g] 87,7 Tłuszcz [g] 47 Węglowodany ogółem [g] 323,8 Sód [mg] 3 142 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,5 suma cukrów prostych [g] 41,7
Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER)	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, przecier pomidorowy) 150 g (GLUTEN, JAJA) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 100 g (SOJA, MLEKO, SELER) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 250,4 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 60,4 Węglowodany ogółem [g] 332,4 Sód [mg] 3 687,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31 suma cukrów prostych [g] 38,7

2026-10-03 sobota	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z RYŻEM BIAŁYM (ryż, mleko) 500 ml (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS VEGE (100g) 1 szt (GLUTEN)	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 902,6 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 86,5 Węglowodany ogółem [g] 202,5 Sód [mg] 595,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 55,6
	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 MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO)	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA B/MLEKA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) 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 MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO)	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 1 960,6 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 40,4 Węglowodany ogółem [g] 326,6 Sód [mg] 2 522,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17 suma cukrów prostych [g] 42,6
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (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 ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 1 898,9 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 212,1 Sód [mg] 577,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,3 suma cukrów prostych [g] 34,7
2026-10-04 niedziela	Jan_dieta podstawowa (D01)	CHAŁKA 100G 0,2 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SEREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 100 g (MLEKO) KREM ORZECHOWO-KAKAOOWY 20G 1 szt (MLEKO) ŚLIWKI 3 szt KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 273,9 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 60,3 Węglowodany ogółem [g] 338 Sód [mg] 2 276,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 96,9
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	CHAŁKA 100G 0,2 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SEREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 100 g (MLEKO) KREM ORZECHOWO-KAKAOOWY 20G 1 szt (MLEKO) MUS BRZOŠKWINIOWY (brzoszwinie w syropie) 100 g KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) DZEM OWOCOWY 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 345,7 Białko ogółem [g] 91,7 Tłuszcz [g] 59,9 Węglowodany ogółem [g] 359,6 Sód [mg] 2 322,6 Błonnik pokarmowy [g] 26 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,7 suma cukrów prostych [g] 109,6

2026-10-04 niedziela

Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. weg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (GLUTEN, SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CIUKRU (burak, jabłko, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 057,4 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 65,9 Węglowodany ogółem [g] 266,2 Sód [mg] 4 009,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,3 suma cukrów prostych [g] 31,8
Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. weg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (GLUTEN, SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 100 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIELKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 996,3 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 50,7 Węglowodany ogółem [g] 286,3 Sód [mg] 3 748,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,3 suma cukrów prostych [g] 39,7
Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (GLUTEN, SOJA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 100 g KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa)l 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 100 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIELKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 028,2 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 47,8 Węglowodany ogółem [g] 305,3 Sód [mg] 3 400,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,5 suma cukrów prostych [g] 61,3
Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	CHAŁKA 100G 0,2 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SEREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 100 g (MLEKO) KREM ORZECHOWO-KAKAOOWY 20G 1 szt (MLEKO) KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa)l 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 100 g	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 150 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 100 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIELKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 360 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 66,6 Węglowodany ogółem [g] 335,2 Sód [mg] 2 483,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,4 suma cukrów prostych [g] 96,6

2026-10-04 niedziela	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZYNOWYM (płatki jęczmienne, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 150 g	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 964,2 Białko ogółem [g] 75,5 Tłuszcz [g] 92,3 Węglowodany ogółem [g] 235,3 Sód [mg] 894,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 44,9
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) WEDLINA DROBIOWA 100 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO)	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA B/MLEKA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) MIESO MIELONE Z ĆWIARTKI Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 150 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) 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	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 2 043,7 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 48,8 Węglowodany ogółem [g] 329,3 Sód [mg] 3 490,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,3 suma cukrów prostych [g] 58,3
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZYNOWYM (płatki jęczmienne, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, 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 MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 200 g	Energia [kcal] 1 809 Białko ogółem [g] 64,9 Tłuszcz [g] 85,8 Węglowodany ogółem [g] 222 Sód [mg] 861,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,9 suma cukrów prostych [g] 27,3