Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-02 do dnia 2026-11-15 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2026-11-02 poniedziałek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (mleko 2%, kasza manna)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM (pieczarki, marchew, seler, pietruszka, makaron, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) WIEPRZOWINA PO WĘGIERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, przecier pomidorowy) 120 g (***GLUTEN***) KASZA GRYCZANA GOTOWANA 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda) 200 g (***SELER, GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 50 g (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW (fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzyca, zielona pietruszka) 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	**Energia [kcal] 2 338,2** **Białko ogółem [g] 103,4** **Tłuszcz [g] 70,3** **Węglowodany ogółem [g] 338** **Sód [mg] 3 004,8** **Błonnik pokarmowy [g] 39,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,8** **suma cukrów prostych [g] 44,4**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (mleko 2%, kasza manna)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI B/ML (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g (***GLUTEN, SOJA***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 50 g (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	**Energia [kcal] 2 139,2** **Białko ogółem [g] 89,6** **Tłuszcz [g] 62,2** **Węglowodany ogółem [g] 325,1** **Sód [mg] 2 475,8** **Błonnik pokarmowy [g] 26,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,2** **suma cukrów prostych [g] 65,1**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM (pieczarki, marchew, seler, pietruszka, makaron, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) WIEPRZOWINA PO WĘGIERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, przecier pomidorowy) 150 g (***GLUTEN***) KASZA GRYCZANA GOTOWANA 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA b/cukru (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda,ksylitol) 200 g (***SELER, GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 50 g (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW (fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzyca, zielona pietruszka) 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM***)	**Energia [kcal] 2 350,9** **Białko ogółem [g] 110,1** **Tłuszcz [g] 77,6** **Węglowodany ogółem [g] 315,6** **Sód [mg] 3 552,6** **Błonnik pokarmowy [g] 45,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,9** **suma cukrów prostych [g] 28,3**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-02 poniedziałek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (***GLUTEN, SOJA***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWARÓŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 50 g (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 945,2** **Białko ogółem [g] 86** **Tłuszcz [g] 63,5** **Węglowodany ogółem [g] 273,8** **Sód [mg] 3 022,7** **Błonnik pokarmowy [g] 23,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,5** **suma cukrów prostych [g] 32,6**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (mleko 2%, kasza manna)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		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) 80 g (***GLUTEN***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) TWARÓŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 50 g (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	**Energia [kcal] 1 924,9** **Białko ogółem [g] 89,4** **Tłuszcz [g] 36,3** **Węglowodany ogółem [g] 318,7** **Sód [mg] 2 457,1** **Błonnik pokarmowy [g] 25,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 11,5** **suma cukrów prostych [g] 60,4**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (mleko 2%, kasza manna)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g (***GLUTEN, SOJA***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWARÓŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 275,6** **Białko ogółem [g] 106,5** **Tłuszcz [g] 76,3** **Węglowodany ogółem [g] 311** **Sód [mg] 3 079,4** **Błonnik pokarmowy [g] 25,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,9** **suma cukrów prostych [g] 62,3**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ MANNĄ I (mleko 2%, kasza manna) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	PAPKA ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, wp, ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 917,1** **Białko ogółem [g] 91,9** **Tłuszcz [g] 92,2** **Węglowodany ogółem [g] 186,5** **Sód [mg] 656,6** **Błonnik pokarmowy [g] 15,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,5** **suma cukrów prostych [g] 64,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-02 poniedziałek	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***)	**Energia [kcal] 1 859,9** **Białko ogółem [g] 117,3** **Tłuszcz [g] 22** **Węglowodany ogółem [g] 298,3** **Sód [mg] 3 437,4** **Błonnik pokarmowy [g] 18,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,1** **suma cukrów prostych [g] 74,9**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, wp, ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 800,1** **Białko ogółem [g] 97,7** **Tłuszcz [g] 84** **Węglowodany ogółem [g] 168,6** **Sód [mg] 528** **Błonnik pokarmowy [g] 18,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,4** **suma cukrów prostych [g] 53,4**
2026-11-03 wtorek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA TWAROGOWA Z MAKRELĄ (ser biały, makrela wędzona, zielona pietruszka) 80 g (***RYBA, MLEKO***) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (***SOJA, MLEKO***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt		ZUPA NEAPOLITAŃSKA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, ser topiony, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA (marchew, jabłko, olej rzepakowy, cukier) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (***SOJA, SELER***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 218,9** **Białko ogółem [g] 88,9** **Tłuszcz [g] 85,2** **Węglowodany ogółem [g] 269,1** **Sód [mg] 3 365,1** **Błonnik pokarmowy [g] 27,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,7** **suma cukrów prostych [g] 73,1**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA TWAROGOWA Z MAKRELĄ (ser biały, makrela wędzona, zielona pietruszka) 80 g (***RYBA, MLEKO***) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (***SOJA, MLEKO***) SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (***GLUTEN, MLEKO***) 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 KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (***SOJA, SELER***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt BURAKI GOTOWANE PLASTRY 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 989,9** **Białko ogółem [g] 81** **Tłuszcz [g] 57,2** **Węglowodany ogółem [g] 287,9** **Sód [mg] 3 208,4** **Błonnik pokarmowy [g] 24,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5** **suma cukrów prostych [g] 79,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-03 wtorek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (***SOJA, MLEKO***) PASTA TWAROGOWA Z MAKRELĄ (ser biały, makrela wędzona, zielona pietruszka) 80 g (***RYBA, MLEKO***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA B/CUKRU (marchew, jabłko, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (***SOJA, SELER***) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (***MLEKO***) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g HERBATA B/C 200 ml	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 055,8** **Białko ogółem [g] 86,8** **Tłuszcz [g] 78,3** **Węglowodany ogółem [g] 248,6** **Sód [mg] 2 834,7** **Błonnik pokarmowy [g] 34,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,4** **suma cukrów prostych [g] 52,6**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA TWAROGOWA Z MAKRELĄ (ser biały, makrela wędzona, zielona pietruszka) 80 g (***RYBA, MLEKO***) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (***SOJA, MLEKO***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (***SOJA, SELER***) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (***MLEKO***) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 867,4** **Białko ogółem [g] 91,7** **Tłuszcz [g] 58,5** **Węglowodany ogółem [g] 249,7** **Sód [mg] 3 046,4** **Błonnik pokarmowy [g] 24,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,2** **suma cukrów prostych [g] 46,2**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) PASTA TWAROGOWA Z MAKRELĄ (ser biały, makrela wędzona, zielona pietruszka) 80 g (***RYBA, MLEKO***) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (***SOJA, MLEKO***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (***SOJA, SELER***) DŻEM OWOCOWY 25g 2 szt BURAKI GOTOWANE PLASTRY 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 867,6** **Białko ogółem [g] 86** **Tłuszcz [g] 42,4** **Węglowodany ogółem [g] 288,6** **Sód [mg] 2 744,5** **Błonnik pokarmowy [g] 22,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 15** **suma cukrów prostych [g] 85,3**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA TWAROGOWA Z MAKRELĄ (ser biały, makrela wędzona, zielona pietruszka) 80 g (***RYBA, MLEKO***) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (***SOJA, MLEKO***) KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 120 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (***SOJA, SELER***) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 80 g (***MLEKO***) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 084,3** **Białko ogółem [g] 103,8** **Tłuszcz [g] 63,2** **Węglowodany ogółem [g] 278,6** **Sód [mg] 2 751,1** **Błonnik pokarmowy [g] 22,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,5** **suma cukrów prostych [g] 75,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-02 do dnia 2026-11-15 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-03 wtorek	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY BUDYNIOWEJ (mleko 2%, budyń waniliowy) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, kasza jęczmienna, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 864,1** **Białko ogółem [g] 81,8** **Tłuszcz [g] 82,3** **Węglowodany ogółem [g] 207,7** **Sód [mg] 510,8** **Błonnik pokarmowy [g] 16,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,1** **suma cukrów prostych [g] 98,8**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (***SELER***) MIĘSO MIELONE Z ŁOPATKI 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 928,4** **Białko ogółem [g] 102,5** **Tłuszcz [g] 37,7** **Węglowodany ogółem [g] 293** **Sód [mg] 2 622,6** **Błonnik pokarmowy [g] 17,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 13,2** **suma cukrów prostych [g] 74,2**
	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 KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza jęczmienna, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	**Energia [kcal] 1 982,4** **Białko ogółem [g] 97,4** **Tłuszcz [g] 84** **Węglowodany ogółem [g] 214,5** **Sód [mg] 464,2** **Błonnik pokarmowy [g] 23,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,8** **suma cukrów prostych [g] 60,3**
2026-11-04 środa	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 80 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 30 g (***SOJA, GORCZYCA***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA SZPINAKOWA Z RYŻEM (szpinak, ryż biały, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) SOS PIECZARKOWY Z MOZZARELLĄ (pieczarki, ser mozzarella, cebula, mąka pszenna, śmietana) 150 g (***GLUTEN, MLEKO***) GNOCCHI 200 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA***) SURÓWKA Z DWÓCH KAPUST (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, musztarda, olej, cukier) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 80 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (***SOJA***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY (20g) 1 szt (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 134,6** **Białko ogółem [g] 74,8** **Tłuszcz [g] 73,9** **Węglowodany ogółem [g] 301,8** **Sód [mg] 3 477,9** **Błonnik pokarmowy [g] 31,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,3** **suma cukrów prostych [g] 46,4**
	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***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 30 g (***SOJA, GORCZYCA***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA SZPINAKOWA Z RYŻEM (szpinak, ryż biały, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (***SOJA***) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY (20g) 1 szt (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 915,8** **Białko ogółem [g] 81,7** **Tłuszcz [g] 54** **Węglowodany ogółem [g] 286,9** **Sód [mg] 2 810,5** **Błonnik pokarmowy [g] 22,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,2** **suma cukrów prostych [g] 60,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-04 środa	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 30 g (***SOJA, GORCZYCA***) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	POMARAŃCZA (150g) 1 szt	ZUPA SZPINAKOWA Z RYŻEM (szpinak, ryż biały, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA PIECZONY 80 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z DWÓCH KAPUST B/CUKRU (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, musztarda, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (***SOJA***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, chleb graham 30g, masło10g) 1 Por (***GLUTEN, MLEKO, SEZAM***)	**Energia [kcal] 2 100,8** **Białko ogółem [g] 90,5** **Tłuszcz [g] 64,6** **Węglowodany ogółem [g] 299,3** **Sód [mg] 3 611,3** **Błonnik pokarmowy [g] 44,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25** **suma cukrów prostych [g] 29**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 2 [Por] x 1 szt (***MLEKO***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 30 g (***SOJA, GORCZYCA***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) SZPINAK BABY 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA SZPINAKOWA Z RYŻEM (szpinak, ryż biały, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE B/CUKRU (buraki, olej rzepakowy, ksylitol) 100 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 2 [Por] x 1 szt (***MLEKO***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (***SOJA***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, angielka 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 935,4** **Białko ogółem [g] 78,2** **Tłuszcz [g] 64,6** **Węglowodany ogółem [g] 269,8** **Sód [mg] 2 895,6** **Błonnik pokarmowy [g] 20,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,5** **suma cukrów prostych [g] 37**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (***SOJA, GORCZYCA***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt SZPINAK BABY 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA SZPINAKOWA Z RYŻEM (szpinak, ryż biały, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (***SOJA***) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, angielka 30g, mix 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 841,9** **Białko ogółem [g] 85,2** **Tłuszcz [g] 32,7** **Węglowodany ogółem [g] 312,8** **Sód [mg] 3 207,9** **Błonnik pokarmowy [g] 21,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 11,8** **suma cukrów prostych [g] 58,8**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (***SOJA, GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA SZPINAKOWA Z RYŻEM (szpinak, ryż biały, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 120 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 120 g (***SOJA***) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, angielka 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 157,5** **Białko ogółem [g] 107,7** **Tłuszcz [g] 57,5** **Węglowodany ogółem [g] 315,2** **Sód [mg] 3 658,8** **Błonnik pokarmowy [g] 25,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,2** **suma cukrów prostych [g] 54,3**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-02 do dnia 2026-11-15 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-04 środa	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 876,2** **Białko ogółem [g] 93,6** **Tłuszcz [g] 89,3** **Węglowodany ogółem [g] 184** **Sód [mg] 537,2** **Błonnik pokarmowy [g] 17,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,5** **suma cukrów prostych [g] 53,6**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (***SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 100 g (***SOJA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 838,6** **Białko ogółem [g] 114,1** **Tłuszcz [g] 21,6** **Węglowodany ogółem [g] 296,1** **Sód [mg] 2 563,5** **Błonnik pokarmowy [g] 17,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 5,4** **suma cukrów prostych [g] 74,1**
	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 JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	**Energia [kcal] 1 794,4** **Białko ogółem [g] 100,8** **Tłuszcz [g] 88,9** **Węglowodany ogółem [g] 158,9** **Sód [mg] 511,8** **Błonnik pokarmowy [g] 22,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,6** **suma cukrów prostych [g] 59,7**
2026-11-05 czwartek	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***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) POMIDOR 50 g JABŁKO (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) 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***) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ (kapusta pekińska, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, olej rzepakowy, cukier) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SAŁATKA SZWEDZKA 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 328,7** **Białko ogółem [g] 91,3** **Tłuszcz [g] 67** **Węglowodany ogółem [g] 341,9** **Sód [mg] 3 888,8** **Błonnik pokarmowy [g] 30,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,7** **suma cukrów prostych [g] 106,6**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 150 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (***GLUTEN, MLEKO***) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (***MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 80 g (***SELER***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 309,9** **Białko ogółem [g] 85** **Tłuszcz [g] 62,7** **Węglowodany ogółem [g] 332,7** **Sód [mg] 2 660,4** **Błonnik pokarmowy [g] 23,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,8** **suma cukrów prostych [g] 90,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-05 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.) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) POMIDOR 50 g JABŁKO (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 100 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, 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***) RYŻ WIELOZIARNSTY GOTOWANY (ryż brazowy, ryż biały) 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ B/CUKRU (kapusta pekińska, marchew, jabłko, natka pietruszki, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWARÓŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SAŁATKA SZWEDZKA 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 155,1** **Białko ogółem [g] 94** **Tłuszcz [g] 75,1** **Węglowodany ogółem [g] 282,3** **Sód [mg] 4 082,9** **Błonnik pokarmowy [g] 35,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,3** **suma cukrów prostych [g] 54,5**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER***)	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (***GLUTEN, MLEKO***) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g SAŁATA Z MAŚLANKĄ 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***) TWARÓŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (***MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 80 g (***SELER***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 210,2** **Białko ogółem [g] 93,6** **Tłuszcz [g] 71,9** **Węglowodany ogółem [g] 284,3** **Sód [mg] 3 699,7** **Błonnik pokarmowy [g] 18** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,7** **suma cukrów prostych [g] 47**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 100 g SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (***GLUTEN, MLEKO***) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) TWARÓŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (***MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 80 g (***SELER***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 237,6** **Białko ogółem [g] 88,3** **Tłuszcz [g] 47,5** **Węglowodany ogółem [g] 346,4** **Sód [mg] 3 238,1** **Błonnik pokarmowy [g] 24** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,4** **suma cukrów prostych [g] 95,1**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt MUS OWOCOWY (100g) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO***)	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 150 g (***GLUTEN, MLEKO***) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWARÓŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 100 g (***MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 80 g (***SELER***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 508,7** **Białko ogółem [g] 107,3** **Tłuszcz [g] 79,6** **Węglowodany ogółem [g] 316** **Sód [mg] 3 663,1** **Błonnik pokarmowy [g] 24,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,4** **suma cukrów prostych [g] 69**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-05 czwartek	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 500 ml (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA MARCHWIOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MLEKO UHT WANILIOWE 200ML 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 909,1** **Białko ogółem [g] 90,4** **Tłuszcz [g] 83,6** **Węglowodany ogółem [g] 198** **Sód [mg] 609,4** **Błonnik pokarmowy [g] 17,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,1** **suma cukrów prostych [g] 91,3**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 100 g (***SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z ĆWIARTKI Z KURCZAKA 100 g RYŻ BIAŁY GOTOWANY 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 2 035** **Białko ogółem [g] 100,8** **Tłuszcz [g] 39,9** **Węglowodany ogółem [g] 320,8** **Sód [mg] 2 870,4** **Błonnik pokarmowy [g] 16,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 11,3** **suma cukrów prostych [g] 73**
	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 JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA MARCHWIOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 989,6** **Białko ogółem [g] 106,2** **Tłuszcz [g] 85,9** **Węglowodany ogółem [g] 196,7** **Sód [mg] 530,8** **Błonnik pokarmowy [g] 20,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,9** **suma cukrów prostych [g] 55,9**
2026-11-06 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 SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (***JAJA, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 60 g GRUSZKA (140g) 1 szt		ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (***SELER***) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morszczuka,jaja,mąka,bułka tarta) 80 g (***GLUTEN, JAJA, RYBA***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ DROBNO SIEKANA (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej rzepakowy, zielona, pietruszka) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (***MLEKO***) MARMOLADA 30 g SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz.,fasola czerwona,groszek zielony,ciecierzyca,ziel. pietruszka,olej rzepakowy) 50 g (***GORCZYCA***) SZPINAK BABY 2 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 276,5** **Białko ogółem [g] 97** **Tłuszcz [g] 78,9** **Węglowodany ogółem [g] 310,4** **Sód [mg] 2 671,6** **Błonnik pokarmowy [g] 39,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,6** **suma cukrów prostych [g] 61,4**
	Jan_dieta łatwostrawna (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***) MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (***SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, skrobia) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (***MLEKO***) MARMOLADA 30 g MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 079,1** **Białko ogółem [g] 89,5** **Tłuszcz [g] 53,2** **Węglowodany ogółem [g] 317,3** **Sód [mg] 2 055,7** **Błonnik pokarmowy [g] 28,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5** **suma cukrów prostych [g] 73,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-06 piątek	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 SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (***JAJA, GORCZYCA***) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 60 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (***SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona, pietruszka, ksylitol) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz.,fasola czerwona,groszek zielony,ciecierzyca,ziel. pietruszka,olej rzepakowy) 50 g (***GORCZYCA***) SZPINAK BABY 2 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 112** **Białko ogółem [g] 100,3** **Tłuszcz [g] 78,3** **Węglowodany ogółem [g] 263,5** **Sód [mg] 2 671,5** **Błonnik pokarmowy [g] 39,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3** **suma cukrów prostych [g] 42,1**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (***JAJA, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, angielka 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (***SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, skrobia) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 142,2** **Białko ogółem [g] 99,3** **Tłuszcz [g] 66,5** **Węglowodany ogółem [g] 293,4** **Sód [mg] 2 378,1** **Błonnik pokarmowy [g] 25,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,7** **suma cukrów prostych [g] 37,6**
	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***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM (145g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (***SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, skrobia) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (***MLEKO***) MARMOLADA 30 g MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 863,6** **Białko ogółem [g] 85,7** **Tłuszcz [g] 30,3** **Węglowodany ogółem [g] 318** **Sód [mg] 2 557** **Błonnik pokarmowy [g] 28,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 12,4** **suma cukrów prostych [g] 73,1**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (***JAJA, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM (145g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, MLEKO, SEZAM***)	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (***SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 120 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, skrobia) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (***MLEKO***) MARMOLADA 30 g MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 385,3** **Białko ogółem [g] 111,1** **Tłuszcz [g] 78,1** **Węglowodany ogółem [g] 314,8** **Sód [mg] 2 424,3** **Błonnik pokarmowy [g] 31,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,5** **suma cukrów prostych [g] 65**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-06 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 RYŻU Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 039** **Białko ogółem [g] 97,2** **Tłuszcz [g] 93,2** **Węglowodany ogółem [g] 212,5** **Sód [mg] 927,4** **Błonnik pokarmowy [g] 16,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,9** **suma cukrów prostych [g] 50,7**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (***SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 852** **Białko ogółem [g] 114,1** **Tłuszcz [g] 23,8** **Węglowodany ogółem [g] 294** **Sód [mg] 2 607,6** **Błonnik pokarmowy [g] 17,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6** **suma cukrów prostych [g] 74,1**
	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 RYŻU Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 976,4** **Białko ogółem [g] 103,9** **Tłuszcz [g] 88,1** **Węglowodany ogółem [g] 201,3** **Sód [mg] 966,1** **Błonnik pokarmowy [g] 19,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,7** **suma cukrów prostych [g] 49,1**
2026-11-07 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***) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 30 g (***SOJA, MLEKO, SELER***) SAŁATKA BROKUŁOWA Z SZYNKĄ I JAJKIEM (brokuł, szynka drobiowa, jajka, majonez) 50 g (***JAJA, SOJA, GORCZYCA***) RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, przecier pomidorowy) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (***SOJA, MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (***MLEKO***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 966,3** **Białko ogółem [g] 88,6** **Tłuszcz [g] 56,9** **Węglowodany ogółem [g] 276,7** **Sód [mg] 3 030,9** **Błonnik pokarmowy [g] 27,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5** **suma cukrów prostych [g] 48,9**
	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***) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g (***SOJA, MLEKO, SELER***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, przecier pomidorowy) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (***SOJA, MLEKO***) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (***MLEKO***) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 856,9** **Białko ogółem [g] 84,3** **Tłuszcz [g] 43** **Węglowodany ogółem [g] 287,3** **Sód [mg] 2 550** **Błonnik pokarmowy [g] 23,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,4** **suma cukrów prostych [g] 53,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-07 sobota	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 30 g (***SOJA, MLEKO, SELER***) SAŁATKA BROKUŁOWA Z SZYNKĄ I JAJKIEM (brokuł, szynka drobiowa, jajka, majonez) 50 g (***JAJA, SOJA, GORCZYCA***) RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, mix 10g) 1 Por (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SEZAM***)	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, przecier pomidorowy) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA b/cukru (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (***MLEKO***) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (***SOJA, MLEKO***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 108,8** **Białko ogółem [g] 91,4** **Tłuszcz [g] 70,8** **Węglowodany ogółem [g] 282,4** **Sód [mg] 3 412,1** **Błonnik pokarmowy [g] 36** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,1** **suma cukrów prostych [g] 28,4**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 80 g (***SOJA, MLEKO, SELER***) SAŁATKA BROKUŁOWA Z SZYNKĄ I JAJKIEM (brokuł, szynka drobiowa, jajka, majonez) 50 g (***JAJA, SOJA, GORCZYCA***) RUKOLA 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 KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, przecier pomidorowy) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (***SOJA, MLEKO***) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (***MLEKO***) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 043,7** **Białko ogółem [g] 98,6** **Tłuszcz [g] 60,4** **Węglowodany ogółem [g] 281,1** **Sód [mg] 3 769,2** **Błonnik pokarmowy [g] 22,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,8** **suma cukrów prostych [g] 30,3**
	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***) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 80 g (***SOJA, MLEKO, SELER***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (***SELER***) RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, przecier pomidorowy) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 250 g (***GLUTEN***) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 100 g (***MLEKO***) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 842,9** **Białko ogółem [g] 94,9** **Tłuszcz [g] 29,4** **Węglowodany ogółem [g] 304,2** **Sód [mg] 2 555,8** **Błonnik pokarmowy [g] 25,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 11,9** **suma cukrów prostych [g] 57,5**
	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***) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g (***SOJA, MLEKO, SELER***) SAŁATKA BROKUŁOWA Z SZYNKĄ I JAJKIEM (brokuł, szynka drobiowa, jajka, majonez) 50 g (***JAJA, SOJA, GORCZYCA***) RUKOLA 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 KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, przecier pomidorowy) 2 [Por] x 100 g (***GLUTEN, JAJA***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (***SOJA, MLEKO***) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (***MLEKO***) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 271,2** **Białko ogółem [g] 115,7** **Tłuszcz [g] 70** **Węglowodany ogółem [g] 300,2** **Sód [mg] 3 241,8** **Błonnik pokarmowy [g] 23,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,4** **suma cukrów prostych [g] 40,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-02 do dnia 2026-11-15 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-07 sobota	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 860,8** **Białko ogółem [g] 92,4** **Tłuszcz [g] 88,3** **Węglowodany ogółem [g] 181,9** **Sód [mg] 553** **Błonnik pokarmowy [g] 18,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27** **suma cukrów prostych [g] 82,6**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 100 g (***SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 924,3** **Białko ogółem [g] 124,2** **Tłuszcz [g] 21,8** **Węglowodany ogółem [g] 307,9** **Sód [mg] 3 682** **Błonnik pokarmowy [g] 19,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,1** **suma cukrów prostych [g] 76,2**
	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 JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	**Energia [kcal] 1 813,1** **Białko ogółem [g] 91,8** **Tłuszcz [g] 81** **Węglowodany ogółem [g] 186,8** **Sód [mg] 475,7** **Błonnik pokarmowy [g] 22,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,9** **suma cukrów prostych [g] 62,9**
2026-11-08 niedziela	Jan_dieta podstawowa (D01)	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 80 g (***SOJA, SELER***) JABŁKO (120g) 1 szt MIX SAŁAT Z POMIDOREM I SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, pomidor, olej rzepakowy, słonecznik) 80 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDĄ (ogórek kiszony, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	CIASTO DROŻDŻOWE 80 g (***GLUTEN***)	**Energia [kcal] 2 231,7** **Białko ogółem [g] 76,7** **Tłuszcz [g] 80,6** **Węglowodany ogółem [g] 294,6** **Sód [mg] 4 138,5** **Błonnik pokarmowy [g] 28,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,7** **suma cukrów prostych [g] 44,2**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 80 g (***SOJA, SELER***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt KETCHUP 20 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	CIASTO DROŻDŻOWE 80 g (***GLUTEN***)	**Energia [kcal] 2 242** **Białko ogółem [g] 77,4** **Tłuszcz [g] 67,4** **Węglowodany ogółem [g] 333,9** **Sód [mg] 3 178,5** **Błonnik pokarmowy [g] 29** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,7** **suma cukrów prostych [g] 62,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-08 niedziela	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 80 g (***SOJA, SELER***) JABŁKO (120g) 1 szt MIX SAŁAT Z POMIDOREM I SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, pomidor, olej rzepakowy, słonecznik) 80 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SEZAM***)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDĄ b/cukru (ogórek kiszony, cebula, musztarda, ksylitol) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 373,8** **Białko ogółem [g] 94,2** **Tłuszcz [g] 93,9** **Węglowodany ogółem [g] 279,8** **Sód [mg] 4 447,2** **Błonnik pokarmowy [g] 35,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,3** **suma cukrów prostych [g] 22**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 80 g (***SOJA, SELER***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (angielka 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 287,6** **Białko ogółem [g] 90,4** **Tłuszcz [g] 78,5** **Węglowodany ogółem [g] 305,1** **Sód [mg] 3 298,8** **Błonnik pokarmowy [g] 26,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,9** **suma cukrów prostych [g] 36,8**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 50 g (***SOJA, SELER***) KETCHUP 20 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (***SELER***) MIÓD 30 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 906,6** **Białko ogółem [g] 78,3** **Tłuszcz [g] 42,5** **Węglowodany ogółem [g] 306,3** **Sód [mg] 2 823,6** **Błonnik pokarmowy [g] 30** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16** **suma cukrów prostych [g] 63,1**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 80 g (***SOJA, SELER***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 2 [Por] x 120 g (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	CIASTO DROŻDŻOWE 80 g (***GLUTEN***)	**Energia [kcal] 2 461,3** **Białko ogółem [g] 107,6** **Tłuszcz [g] 81,6** **Węglowodany ogółem [g] 306,6** **Sód [mg] 3 217,6** **Błonnik pokarmowy [g] 26,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,1** **suma cukrów prostych [g] 55**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-02 do dnia 2026-11-15 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-08 niedziela	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS VEGE (100g) 1 szt (***GLUTEN***)	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza kukurydziana, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 075,2** **Białko ogółem [g] 107,7** **Tłuszcz [g] 88,8** **Węglowodany ogółem [g] 223,4** **Sód [mg] 564,7** **Błonnik pokarmowy [g] 24** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,6** **suma cukrów prostych [g] 46,2**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z ĆWIARTKI Z KURCZAKA 100 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 2 041,9** **Białko ogółem [g] 106,4** **Tłuszcz [g] 41,6** **Węglowodany ogółem [g] 319,7** **Sód [mg] 3 651,7** **Błonnik pokarmowy [g] 20,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 11,4** **suma cukrów prostych [g] 73,5**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza kukurydziana, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS OWOCOWY (100g) 1 szt	**Energia [kcal] 1 916,2** **Białko ogółem [g] 97,1** **Tłuszcz [g] 82,3** **Węglowodany ogółem [g] 208,9** **Sód [mg] 524,7** **Błonnik pokarmowy [g] 23,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,4** **suma cukrów prostych [g] 31,2**
2026-11-09 poniedziałek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (mleko 2%, kasza manna)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g HERBATA (250ml) 1 szt		ZUPA FASOLKOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) WIEPRZOWINA PO MEKSYKAŃSKU (łopatka wp., fasola czerwona, kukurydza, papryka, cebula, przecier pomidorowy, skrobia, olej) 120 g (***GLUTEN, GORCZYCA***) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda) 200 g (***SELER, GORCZYCA***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (***SOJA***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (***MLEKO***) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 055** **Białko ogółem [g] 84,6** **Tłuszcz [g] 73,9** **Węglowodany ogółem [g] 269,5** **Sód [mg] 3 090,9** **Błonnik pokarmowy [g] 29,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,6** **suma cukrów prostych [g] 32**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (mleko 2%, kasza manna)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KREM Z MARCHWI (marchew, ziemniaki, pietruszka, seler, kurkuma, cukier) 400 g (***SELER***) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wieprzowa, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (***GLUTEN***) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***)	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (***SOJA***) MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g MIÓD 25g 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 084,7** **Białko ogółem [g] 78,5** **Tłuszcz [g] 51,8** **Węglowodany ogółem [g] 331,6** **Sód [mg] 2 679,6** **Błonnik pokarmowy [g] 25,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,4** **suma cukrów prostych [g] 60**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-09 poniedziałek	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.) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM***)	ZUPA FASOLKOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) WIEPRZOWINA PO MEKSYKAŃSKU (łopatka wp., fasola czerwona, kukurydza, papryka, cebula, przecier pomidorowy, skrobia, olej) 120 g (***GLUTEN, GORCZYCA***) RYŻ WIELOZIARNSTY GOTOWANY (ryż brazowy, ryż biały) 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA b/cukru (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda,ksylitol) 200 g (***SELER, GORCZYCA***) KOMPOT OWOCOWY b/cukru (mieszanka owoców, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (***SOJA***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (***MLEKO***) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 152,1** **Białko ogółem [g] 85,9** **Tłuszcz [g] 78,6** **Węglowodany ogółem [g] 281,2** **Sód [mg] 3 575,1** **Błonnik pokarmowy [g] 39,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,6** **suma cukrów prostych [g] 20,4**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) JAJKA GOTOWANE klasy M (1 szt - 55g) 1 szt (***JAJA***) KIEŁKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO***)	ZUPA KREM Z MARCHWI (marchew, ziemniaki, pietruszka, seler, kurkuma, cukier) 400 g (***SELER***) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (***GLUTEN, SOJA***) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT OWOCOWY b/cukru (mieszanka owoców, ksylitol) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWARÓŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (***MLEKO***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 30 g (***SOJA***) RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt MUS Z GRUSZKI 100 g	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 020,4** **Białko ogółem [g] 87** **Tłuszcz [g] 65,8** **Węglowodany ogółem [g] 283,1** **Sód [mg] 2 957,2** **Błonnik pokarmowy [g] 25,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,4** **suma cukrów prostych [g] 22,2**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (mleko 2%, kasza manna)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) DŻEM OWOCOWY 25g 2 szt KIEŁKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KREM Z MARCHWI (marchew, ziemniaki, pietruszka, seler, kurkuma, cukier) 400 g (***SELER***) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wieprzowa, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (***GLUTEN***) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (***SOJA***) RUKOLA 4 g MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 832,7** **Białko ogółem [g] 78,1** **Tłuszcz [g] 34,4** **Węglowodany ogółem [g] 316,1** **Sód [mg] 2 734,8** **Błonnik pokarmowy [g] 25,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 14,3** **suma cukrów prostych [g] 59,6**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (mleko 2%, kasza manna)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) KIEŁKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO***)	ZUPA KREM Z MARCHWI (marchew, ziemniaki, pietruszka, seler, kurkuma, cukier) 400 g (***SELER***) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g (***GLUTEN, SOJA***) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (***SOJA***) TWARÓŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (***MLEKO***) RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g MUS Z GRUSZKI 100 g	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 389,8** **Białko ogółem [g] 104,6** **Tłuszcz [g] 76,9** **Węglowodany ogółem [g] 333,4** **Sód [mg] 3 235,1** **Błonnik pokarmowy [g] 26** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37** **suma cukrów prostych [g] 43,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-09 poniedziałek	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ MANNĄ I (mleko 2%, kasza manna) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 864,8** **Białko ogółem [g] 81,9** **Tłuszcz [g] 85,4** **Węglowodany ogółem [g] 195,8** **Sód [mg] 526,8** **Błonnik pokarmowy [g] 14** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,9** **suma cukrów prostych [g] 60,7**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 100 g (***SOJA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 908,9** **Białko ogółem [g] 116,8** **Tłuszcz [g] 22,3** **Węglowodany ogółem [g] 310,8** **Sód [mg] 3 387,7** **Błonnik pokarmowy [g] 19,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 5,7** **suma cukrów prostych [g] 75,9**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	**Energia [kcal] 1 787,7** **Białko ogółem [g] 95,1** **Tłuszcz [g] 81,8** **Węglowodany ogółem [g] 173,1** **Sód [mg] 466,3** **Błonnik pokarmowy [g] 19,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,3** **suma cukrów prostych [g] 44**
2026-11-10 wtorek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 50 g (***RYBA***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZIELONE MINESTRONE (cukinia, brokuł, fasolka szparagowa, ziemniaki, koperek, natka pietruszki) 400 ml KARCZEK PIECZONY W SOSIE WŁASNYM (karczek b/k wp., cebula, mąka pszenna, 80 g (***GLUTEN***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATKA 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***) SALAMI (kiełbasa wp-woł., drobno rozdrobniona, dojrzewająca, wędzona, parzona) 50 g SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (***MLEKO***) KIEŁKI 2 g SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JABŁKO (120g) 1 szt	**Energia [kcal] 2 098,8** **Białko ogółem [g] 73,9** **Tłuszcz [g] 82** **Węglowodany ogółem [g] 277,6** **Sód [mg] 3 213** **Błonnik pokarmowy [g] 31,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,4** **suma cukrów prostych [g] 72,8**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PIECZONY KOTLET DROBIOWY (mięso drobiowe mielone, jajka kl.M, przyprawy) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (***MLEKO***) KETCHUP 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 150 g	**Energia [kcal] 1 924,4** **Białko ogółem [g] 74** **Tłuszcz [g] 47,2** **Węglowodany ogółem [g] 304,5** **Sód [mg] 2 309,5** **Błonnik pokarmowy [g] 25,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,8** **suma cukrów prostych [g] 61,3**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-10 wtorek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 50 g (***RYBA***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA ZIELONE MINESTRONE (cukinia, brokuł, fasolka szparagowa, ziemniaki, koperek, natka pietruszki) 400 ml KARCZEK PIECZONY W SOSIE WŁASNYM (karczek b/k wp., cebula, mąka pszenna, 80 g (***GLUTEN***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, jabłko, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 50 g (***MLEKO***) KIEŁKI 2 g SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	**Energia [kcal] 1 800,5** **Białko ogółem [g] 73** **Tłuszcz [g] 63,4** **Węglowodany ogółem [g] 243,3** **Sód [mg] 2 282,5** **Błonnik pokarmowy [g] 32** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,6** **suma cukrów prostych [g] 48,2**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 50 g (***RYBA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZPINAK BABY 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA ZIELONE MINESTRONE (cukinia, brokuł, fasolka szparagowa, ziemniaki, koperek, natka pietruszki) 400 ml PIECZONY KOTLET DROBIOWY (mięso drobiowe mielone, jajka kl.M, przyprawy) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, jabłko, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 50 g (***MLEKO***) KIEŁKI 2 g SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 150 g	**Energia [kcal] 1 711** **Białko ogółem [g] 80,2** **Tłuszcz [g] 50,2** **Węglowodany ogółem [g] 244,4** **Sód [mg] 2 405,4** **Błonnik pokarmowy [g] 21,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,6** **suma cukrów prostych [g] 51,7**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (***SELER***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, kalafior, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (***GLUTEN***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g 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***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (***MLEKO***) KIEŁKI 2 g SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 150 g	**Energia [kcal] 1 820** **Białko ogółem [g] 82,2** **Tłuszcz [g] 34,2** **Węglowodany ogółem [g] 303,5** **Sód [mg] 2 320** **Błonnik pokarmowy [g] 26,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 9,9** **suma cukrów prostych [g] 58,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-10 wtorek	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 50 g (***RYBA***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, kalafior, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PIECZONY KOTLET DROBIOWY (mięso drobiowe mielone, jajka kl.M, przyprawy) 150 g (***GLUTEN, JAJA***) 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 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 50 g (***MLEKO***) KIEŁKI 2 g SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JABŁKO (120g) 1 szt	**Energia [kcal] 2 004,6** **Białko ogółem [g] 99,9** **Tłuszcz [g] 56,2** **Węglowodany ogółem [g] 278,2** **Sód [mg] 2 190,1** **Błonnik pokarmowy [g] 24,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24** **suma cukrów prostych [g] 62,4**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 150 g	PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, makaron zacierka, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, makaron zacierka, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 847,3** **Białko ogółem [g] 78,3** **Tłuszcz [g] 73,7** **Węglowodany ogółem [g] 228,5** **Sód [mg] 854,7** **Błonnik pokarmowy [g] 18,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,2** **suma cukrów prostych [g] 51,2**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 914,6** **Białko ogółem [g] 115,9** **Tłuszcz [g] 29,4** **Węglowodany ogółem [g] 298,5** **Sód [mg] 2 577,5** **Błonnik pokarmowy [g] 17,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,4** **suma cukrów prostych [g] 72,9**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, płatki jęczmienne, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, makaron zacierka, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, makaron zacierka, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 150 g	**Energia [kcal] 1 852,1** **Białko ogółem [g] 92,2** **Tłuszcz [g] 73,4** **Węglowodany ogółem [g] 216,7** **Sód [mg] 887,2** **Błonnik pokarmowy [g] 21,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,9** **suma cukrów prostych [g] 30,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-11 środa	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 80 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) SŁUPKI WARZYW (ogórek zielony, papryka, seler naciowy) obrany warzywa 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kiełbasa, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA***) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SURÓWKA COLESLAW (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, cukier) 200 g (***JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 80 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA Z CZERWONEJ FASOLI (fasola czerwona, olej rzepakowy, natka pietruszki) 50 g FILET ZAPIEKANY (dr.) 30 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 039,1** **Białko ogółem [g] 97,1** **Tłuszcz [g] 62,9** **Węglowodany ogółem [g] 288,2** **Sód [mg] 3 401,9** **Błonnik pokarmowy [g] 34,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,8** **suma cukrów prostych [g] 55,9**
	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***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt MIÓD 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 80 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MARCHEWKA GOTOWANA PLASTRY KARBOWANE (marchew, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (***MLEKO***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 30 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 079,5** **Białko ogółem [g] 86,6** **Tłuszcz [g] 47,5** **Węglowodany ogółem [g] 332,3** **Sód [mg] 3 535,8** **Błonnik pokarmowy [g] 24,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,5** **suma cukrów prostych [g] 90,2**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) SŁUPKI WARZYW (ogórek zielony, papryka, seler naciowy) obrany warzywa 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SEZAM***)	ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kiełbasa, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA***) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 80 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SURÓWKA COLESLAW B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, ksylitol) 200 g (***JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2***) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (***MLEKO***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 30 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 176** **Białko ogółem [g] 109,1** **Tłuszcz [g] 78,5** **Węglowodany ogółem [g] 264,8** **Sód [mg] 3 700,9** **Błonnik pokarmowy [g] 35,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,5** **suma cukrów prostych [g] 26**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-11 środa	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) SŁUPKI WARZYW (ogórek zielony, papryka, seler naciowy) obrany warzywa 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (angielka 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kiełbasa, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA***) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 80 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MARCHEWKA GOTOWANA PLASTRY KARBOWANE (marchew, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (***MLEKO***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 30 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 102,2** **Białko ogółem [g] 101,9** **Tłuszcz [g] 70,7** **Węglowodany ogółem [g] 271,2** **Sód [mg] 3 596** **Błonnik pokarmowy [g] 25,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,4** **suma cukrów prostych [g] 43,1**
	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***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SELER, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 250 g (***GLUTEN***) MARCHEWKA GOTOWANA PLASTRY KARBOWANE (marchew, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (***MLEKO***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 50 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 814** **Białko ogółem [g] 90,9** **Tłuszcz [g] 23,4** **Węglowodany ogółem [g] 317,8** **Sód [mg] 3 397,4** **Błonnik pokarmowy [g] 26,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 8,6** **suma cukrów prostych [g] 80,1**
	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***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 100 g (***SOJA, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (angielka 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 120 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MARCHEWKA GOTOWANA PLASTRY KARBOWANE (marchew, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 80 g (***MLEKO***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 50 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 306,6** **Białko ogółem [g] 118,5** **Tłuszcz [g] 69,5** **Węglowodany ogółem [g] 308,3** **Sód [mg] 4 213,2** **Błonnik pokarmowy [g] 25,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33** **suma cukrów prostych [g] 72,6**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	PAPKA ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, buraki, ziemniaki, włoszczyzna, mąka) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 853,7** **Białko ogółem [g] 86,1** **Tłuszcz [g] 84,8** **Węglowodany ogółem [g] 192,5** **Sód [mg] 890,2** **Błonnik pokarmowy [g] 16** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,6** **suma cukrów prostych [g] 84,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-11 środa	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 100 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 899,9** **Białko ogółem [g] 127,9** **Tłuszcz [g] 22,8** **Węglowodany ogółem [g] 296,5** **Sód [mg] 3 557,4** **Błonnik pokarmowy [g] 18,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,3** **suma cukrów prostych [g] 74,9**
	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 BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, buraki, ziemniaki, włoszczyzna, mąka) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 816,9** **Białko ogółem [g] 98,4** **Tłuszcz [g] 83,1** **Węglowodany ogółem [g] 174,1** **Sód [mg] 549,9** **Błonnik pokarmowy [g] 19,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24** **suma cukrów prostych [g] 60,1**
2026-11-12 czwartek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (***MLEKO***) MIX SAŁAT Z POMIDOREM I SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, pomidor, olej rzepakowy, słonecznik) 80 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA PIECZONY 80 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z RZODKIEWKI BIAŁEJ drobno tarta (rzodkiew biała, marchew, jogurt naturalny, cukier) 200 g (***MLEKO***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 80 g (***SOJA, MLEKO, SELER***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 819,9** **Białko ogółem [g] 88,2** **Tłuszcz [g] 53,5** **Węglowodany ogółem [g] 250,3** **Sód [mg] 3 714,2** **Błonnik pokarmowy [g] 27,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,9** **suma cukrów prostych [g] 49,9**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (***MLEKO***) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (***SOJA, MLEKO***) MIÓD 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 80 g (***SOJA, MLEKO, SELER***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 928,4** **Białko ogółem [g] 89,9** **Tłuszcz [g] 45,6** **Węglowodany ogółem [g] 291,4** **Sód [mg] 2 925** **Błonnik pokarmowy [g] 23,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,6** **suma cukrów prostych [g] 48,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-12 czwartek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (***SOJA, MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (***MLEKO***) MIX SAŁAT Z POMIDOREM I SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, pomidor, olej rzepakowy, słonecznik) 80 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM***)	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA PIECZONY 80 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z RZODKIEWKI BIAŁEJ B/CUKRU drobno tarta (rzodkiew biała, marchew, jogurt naturalny, ksylitol) 200 g (***MLEKO***) KOMPOT OWOCOWY b/cukru (mieszanka owoców, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 80 g (***SOJA, MLEKO, SELER***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 873,9** **Białko ogółem [g] 93,7** **Tłuszcz [g] 57** **Węglowodany ogółem [g] 244,4** **Sód [mg] 3 979,9** **Błonnik pokarmowy [g] 33,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,2** **suma cukrów prostych [g] 23**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (***SOJA, MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (***MLEKO***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 15 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO***)	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g KALAFIOR GOTOWANY (kalafior, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT OWOCOWY b/cukru (mieszanka owoców, ksylitol) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 2 [Por] x 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g (***SOJA, MLEKO, SELER***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (***SELER***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 830** **Białko ogółem [g] 84,9** **Tłuszcz [g] 55,2** **Węglowodany ogółem [g] 256,3** **Sód [mg] 3 086,3** **Błonnik pokarmowy [g] 22** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,2** **suma cukrów prostych [g] 18,7**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) MIÓD 25g 2 [Por] x 1 szt SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 100 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g KALAFIOR GOTOWANY (kalafior, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (***SELER***) DŻEM OWOCOWY 25g 2 szt LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 860,9** **Białko ogółem [g] 81,1** **Tłuszcz [g] 29,7** **Węglowodany ogółem [g] 327,2** **Sód [mg] 2 302,8** **Błonnik pokarmowy [g] 23,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 10,8** **suma cukrów prostych [g] 57,7**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 80 g (***SOJA, MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (***MLEKO***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 15 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO***)	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 100 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g KALAFIOR GOTOWANY (kalafior, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 80 g (***SOJA, MLEKO, SELER***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 023,5** **Białko ogółem [g] 108,9** **Tłuszcz [g] 64,4** **Węglowodany ogółem [g] 261,5** **Sód [mg] 3 680,1** **Błonnik pokarmowy [g] 21,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,6** **suma cukrów prostych [g] 27,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-12 czwartek	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	PAPKA ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM Z ŁOPATKA (łopatka wp.,ryż, brokuł, włoszczyzna) 500 ml (***SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z FILETEM Z PIERSI KURCZAKA (filet z kurczaka, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 790,8** **Białko ogółem [g] 84,5** **Tłuszcz [g] 74,3** **Węglowodany ogółem [g] 208,8** **Sód [mg] 529,8** **Błonnik pokarmowy [g] 21,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,1** **suma cukrów prostych [g] 68,3**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z ŁOPATKI 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 974,6** **Białko ogółem [g] 102,1** **Tłuszcz [g] 40,4** **Węglowodany ogółem [g] 299,2** **Sód [mg] 2 595** **Błonnik pokarmowy [g] 18,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 13,5** **suma cukrów prostych [g] 74,8**
	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 BROKUŁOWA Z RYŻEM Z ŁOPATKA (łopatka wp.,ryż, brokuł, włoszczyzna) 500 ml (***SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z FILETEM Z PIERSI KURCZAKA (filet z kurczaka, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	**Energia [kcal] 1 731,8** **Białko ogółem [g] 91,2** **Tłuszcz [g] 74,7** **Węglowodany ogółem [g] 185,4** **Sód [mg] 467,7** **Błonnik pokarmowy [g] 23,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,5** **suma cukrów prostych [g] 51,9**
2026-11-13 piątek	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***) JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIORKIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt (***JAJA***) PAPRYKA ŚWIEŻA 30 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morszczuka,jaja,mąka,bułka tarta) 80 g (***GLUTEN, JAJA, RYBA***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona pietruszka) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 80 g (***MLEKO***) MIÓD 25g 1 szt LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY (20g) 1 szt (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 190,2** **Białko ogółem [g] 82,7** **Tłuszcz [g] 74,3** **Węglowodany ogółem [g] 303,7** **Sód [mg] 2 163,7** **Błonnik pokarmowy [g] 29,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28** **suma cukrów prostych [g] 69,4**
	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***) JAJKA 2SZT. Z ZIELENINĄ (jajka klasy M, zielona pietruszka) 2 szt (***JAJA***) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 80 g (***MLEKO***) KETCHUP 20 g MIÓD 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY (20g) 1 szt (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 185,6** **Białko ogółem [g] 89,4** **Tłuszcz [g] 59,1** **Węglowodany ogółem [g] 325,3** **Sód [mg] 2 096,7** **Błonnik pokarmowy [g] 22,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,7** **suma cukrów prostych [g] 78,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-13 piątek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIORKIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt (***JAJA***) PAPRYKA ŚWIEŻA 30 g MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona, pietruszka, ksylitol) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 80 g (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) KIEŁKI 2 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, MLEKO, SEZAM***)	**Energia [kcal] 2 350,9** **Białko ogółem [g] 111,7** **Tłuszcz [g] 93,6** **Węglowodany ogółem [g] 271,2** **Sód [mg] 2 885,6** **Błonnik pokarmowy [g] 35,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,7** **suma cukrów prostych [g] 39,5**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIORKIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt (***JAJA***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 100 g (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, angielka 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 153,2** **Białko ogółem [g] 112,8** **Tłuszcz [g] 70,6** **Węglowodany ogółem [g] 269,8** **Sód [mg] 2 488,6** **Błonnik pokarmowy [g] 20,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,9** **suma cukrów prostych [g] 38,1**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (***SOJA***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 80 g (***MLEKO***) MIÓD 25g 1 szt LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, angielka 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 071** **Białko ogółem [g] 94,2** **Tłuszcz [g] 38,5** **Węglowodany ogółem [g] 337,7** **Sód [mg] 2 761,6** **Błonnik pokarmowy [g] 22,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,1** **suma cukrów prostych [g] 60,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-13 piątek	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***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (***SOJA***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 150 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 100 g (***MLEKO***) MIÓD 25g 1 szt LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	WAFELEK ŚMIETANKOWY (20g) 1 szt (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 264,3** **Białko ogółem [g] 117,7** **Tłuszcz [g] 60,9** **Węglowodany ogółem [g] 312,7** **Sód [mg] 2 551,7** **Błonnik pokarmowy [g] 21,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,4** **suma cukrów prostych [g] 63,2**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 500 ml (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	PAPKA ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczy, kon. pomidorowy, mąka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK WIEJSKI (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 888,7** **Białko ogółem [g] 95,4** **Tłuszcz [g] 78,6** **Węglowodany ogółem [g] 199,3** **Sód [mg] 896,8** **Błonnik pokarmowy [g] 15,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,2** **suma cukrów prostych [g] 64**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 100 g (***SOJA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 100 g (***SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 886,7** **Białko ogółem [g] 121,1** **Tłuszcz [g] 21,7** **Węglowodany ogółem [g] 301,6** **Sód [mg] 3 606,1** **Błonnik pokarmowy [g] 18,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 5,5** **suma cukrów prostych [g] 75**
	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 POMIDOROWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczy, kon. pomidorowy, mąka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 971,7** **Białko ogółem [g] 100,7** **Tłuszcz [g] 79,4** **Węglowodany ogółem [g] 212,4** **Sód [mg] 478,2** **Błonnik pokarmowy [g] 18,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23** **suma cukrów prostych [g] 53,2**
2026-11-14 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***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (***MLEKO***) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BARSZCZ UKRAIŃSKI (buraki, kapusta biała, ziemniaki, fasola Jaś, marchew, pietruszka, seler, cebula, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA (marchew, seler, olej rzepakowy) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (***SOJA, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 30 g (***MLEKO***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 224** **Białko ogółem [g] 89,5** **Tłuszcz [g] 78,3** **Węglowodany ogółem [g] 309,5** **Sód [mg] 4 058** **Błonnik pokarmowy [g] 34,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,6** **suma cukrów prostych [g] 53,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-14 sobota	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 PIECZONA (wp.) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (***SOJA, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 30 g (***MLEKO***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 074,9** **Białko ogółem [g] 84,9** **Tłuszcz [g] 58,2** **Węglowodany ogółem [g] 327,8** **Sód [mg] 3 220,6** **Błonnik pokarmowy [g] 31,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,9** **suma cukrów prostych [g] 50,5**
	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 ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (***MLEKO***) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM***)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA b/cukru (marchew, seler, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (***SOJA, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 30 g (***MLEKO***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 234,1** **Białko ogółem [g] 88,4** **Tłuszcz [g] 85,8** **Węglowodany ogółem [g] 292,8** **Sód [mg] 4 045,6** **Błonnik pokarmowy [g] 41,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,4** **suma cukrów prostych [g] 23,3**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO***)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA B/C (marchew, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (***SOJA, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 30 g (***MLEKO***) KIEŁKI 4 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 110** **Białko ogółem [g] 83** **Tłuszcz [g] 69,6** **Węglowodany ogółem [g] 311,5** **Sód [mg] 3 721,8** **Błonnik pokarmowy [g] 30,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,8** **suma cukrów prostych [g] 28,1**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 100 g SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (***SOJA, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (***MLEKO***) KIEŁKI 4 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 818,3** **Białko ogółem [g] 95,7** **Tłuszcz [g] 25,1** **Węglowodany ogółem [g] 324,3** **Sód [mg] 2 973,5** **Błonnik pokarmowy [g] 30** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 9,8** **suma cukrów prostych [g] 49,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-14 sobota	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM***)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 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***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (***SOJA, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (***MLEKO***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 5 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt KIEŁKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 233,2** **Białko ogółem [g] 97,5** **Tłuszcz [g] 70** **Węglowodany ogółem [g] 324,7** **Sód [mg] 3 560** **Błonnik pokarmowy [g] 32,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34** **suma cukrów prostych [g] 38,5**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z RYŻEM BIAŁYM (ryż, mleko) 500 ml (***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 KRUPNIK Z RYŻU Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 902,6** **Białko ogółem [g] 86,6** **Tłuszcz [g] 83,5** **Węglowodany ogółem [g] 217,2** **Sód [mg] 559,9** **Błonnik pokarmowy [g] 16,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27** **suma cukrów prostych [g] 44,7**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 100 g (***SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 982,6** **Białko ogółem [g] 123,5** **Tłuszcz [g] 23,9** **Węglowodany ogółem [g] 322,6** **Sód [mg] 3 671,6** **Błonnik pokarmowy [g] 20,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,1** **suma cukrów prostych [g] 73,5**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 855,8** **Białko ogółem [g] 94,5** **Tłuszcz [g] 82,8** **Węglowodany ogółem [g] 202,1** **Sód [mg] 566,5** **Błonnik pokarmowy [g] 20,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24** **suma cukrów prostych [g] 42,2**
2026-11-15 niedziela	Jan_dieta podstawowa (D01)	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (***MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (***GLUTEŃ, SOJA***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***)		ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) GYROS DROBIOWO - WIEPRZOWY (udziec z kurczaka, łopatka wp., marchew, papryka mroż., fasolka szp., przyprawy) 150 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATKA 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***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 091** **Białko ogółem [g] 90,1** **Tłuszcz [g] 62,6** **Węglowodany ogółem [g] 301,8** **Sód [mg] 3 779,4** **Błonnik pokarmowy [g] 29,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,7** **suma cukrów prostych [g] 79,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-15 niedziela	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 100 g		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) CUKIER 5 g	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 2 115,3** **Białko ogółem [g] 88** **Tłuszcz [g] 56** **Węglowodany ogółem [g] 315,4** **Sód [mg] 3 005** **Błonnik pokarmowy [g] 26,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,6** **suma cukrów prostych [g] 76,6**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, jabłko, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) POMIDOR 50 g SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 187,7** **Białko ogółem [g] 93,2** **Tłuszcz [g] 65,9** **Węglowodany ogółem [g] 300,7** **Sód [mg] 3 798,8** **Błonnik pokarmowy [g] 33,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,3** **suma cukrów prostych [g] 61,4**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 150 g	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) POMIDOR 50 g SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 057,3** **Białko ogółem [g] 84,7** **Tłuszcz [g] 52,5** **Węglowodany ogółem [g] 313,5** **Sód [mg] 2 928,1** **Błonnik pokarmowy [g] 27,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,4** **suma cukrów prostych [g] 62**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) MIÓD 25g 1 szt LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 048,5** **Białko ogółem [g] 81,5** **Tłuszcz [g] 34,5** **Węglowodany ogółem [g] 354,1** **Sód [mg] 2 942,4** **Błonnik pokarmowy [g] 27,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 11,9** **suma cukrów prostych [g] 87,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-15 niedziela	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 60 g (***GLUTEN, SOJA***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 200 g (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATKA Z BURACZKA (burak, jabłko, olej rzepakowy, cukier) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 266,7** **Białko ogółem [g] 96,5** **Tłuszcz [g] 71,3** **Węglowodany ogółem [g] 295,3** **Sód [mg] 3 058** **Błonnik pokarmowy [g] 23** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28** **suma cukrów prostych [g] 81,7**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)		**Energia [kcal] 1 929,7** **Białko ogółem [g] 96,3** **Tłuszcz [g] 91,5** **Węglowodany ogółem [g] 200,2** **Sód [mg] 633** **Błonnik pokarmowy [g] 22,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3** **suma cukrów prostych [g] 24,3**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (***SELER***) MIĘSO MIELONE Z ĆWIARTKI Z KURCZAKA 100 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 974,2** **Białko ogółem [g] 95,6** **Tłuszcz [g] 43** **Węglowodany ogółem [g] 311,5** **Sód [mg] 2 711,8** **Błonnik pokarmowy [g] 21,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 12,4** **suma cukrów prostych [g] 77,2**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 887,3** **Białko ogółem [g] 89,9** **Tłuszcz [g] 87,5** **Węglowodany ogółem [g] 204,4** **Sód [mg] 577,2** **Błonnik pokarmowy [g] 22** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,8** **suma cukrów prostych [g] 45,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone