

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2026-10-05 poniedziałek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM (pieczarki, marchew, seler, pietruszka, makaron, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) WIEPRZOWINA PO WĘGIERSKU DUSZONA (pokrojona w kostkę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, przecier pomidorowy) 120 g (GLUTEN) KASZA GRYZANA GOTOWANA 200 g SUROWKA 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 POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW (fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	Energia [kcal] 2 363 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 347,8 Sód [mg] 3 024 Błonnik pokarmowy [g] 40,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,9 suma cukrów prostych [g] 37,2
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA 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 POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszką, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	Energia [kcal] 2 256,4 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 63,4 Węglowodany ogółem [g] 353,4 Sód [mg] 2 555,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,5 suma cukrów prostych [g] 52,9

2026-10-05 poniedziałek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. weg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, salata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM (pieczarki, marchew, seler, pietruszka, makaron, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) WIEPRZOWINA PÓ WĘGIERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, przecier pomidorowy) 150 g (GLUTEN) KASZA GRZYCZANA GOTOWANA 200 g SURÓWKA WIELOWARZYNNA 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 POŁĘDWICOWA 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 LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 2 375,6 Białko ogółem [g] 110,4 Tłuszcz [g] 77,8 Węglowodany ogółem [g] 325,4 Sód [mg] 3 571,8 Błonnik pokarmowy [g] 46,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,9 suma cukrów prostych [g] 21,2
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. weg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, salata 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) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 50 g (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszkę, olej rzepakowy) 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO)	Energia [kcal] 2 031,2 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 64,5 Węglowodany ogółem [g] 296,6 Sód [mg] 3 099,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,7 suma cukrów prostych [g] 24,1
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, salata 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) 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) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 50 g (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszkę, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	Energia [kcal] 2 176 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 60,1 Węglowodany ogółem [g] 344,7 Sód [mg] 2 554,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,5 suma cukrów prostych [g] 48,6

2026-10-05 poniedziałek	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 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 WIEPRZÓWY 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) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) LIŚC SAŁATY MĄSŁOWEJ 0,06 szt PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszką, 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] 2 389,4 Białko ogółem [g] 109,5 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 338,1 Sód [mg] 3 157,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,2 suma cukrów prostych [g] 50,5
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ MANNA l (mleko 2%, kasza manna) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	PAPKA ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, wp. ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 014,3 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 92,6 Węglowodany ogółem [g] 219,7 Sód [mg] 716 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,5 suma cukrów prostych [g] 56,9
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) BIANKA PIERSZ 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 Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszką, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY B/CIUKRU (jabłka) 150 g SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN)	Energia [kcal] 1 945,6 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 32,8 Węglowodany ogółem [g] 340 Sód [mg] 3 449 Błonnik pokarmowy [g] 30,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 7,8 suma cukrów prostych [g] 50,2
	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, włoszczyzna, koperek, mąka) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	Energia [kcal] 1 900 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 206 Sód [mg] 609,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,4 suma cukrów prostych [g] 44,7

2026-10-06 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 MAKREŁĄ (ser biały, makreła 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 SALATY 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] 2 291,6 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 86,3 Węglowodany ogółem [g] 296,6 Sód [mg] 3 427,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,1 suma cukrów prostych [g] 62,9	
	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 MAKREŁĄ (ser biały, makreła 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] 2 056,2 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 58,3 Węglowodany ogółem [g] 315,8 Sód [mg] 3 283 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,9 suma cukrów prostych [g] 71,6
	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 MAKREŁĄ (ser biały, makreła wędzona, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g KIELKI 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] 2 143,1 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 79,1 Węglowodany ogółem [g] 282,2 Sód [mg] 2 900,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 34,9

2026-10-06 wtorek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. weg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA TWAROGOWA Z MAKREŁĄ (ser biały, makreła wędzona, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) SZYNKA 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 PŁASTRY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 934,3 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 59,1 Węglowodany ogółem [g] 272,7 Sód [mg] 3 074,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,3 suma cukrów prostych [g] 30,3
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA BUDYŃIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PASTA TWAROGOWA Z MAKREŁĄ (ser biały, makreła wędzona, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) SZYNKA 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) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt BURAKI GOTOWANE PŁASTRY 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 025,3 Białko ogółem [g] 86,4 Tłuszcz [g] 59,4 Węglowodany ogółem [g] 297,6 Sód [mg] 2 790,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,4 suma cukrów prostych [g] 68,3
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA BUDYŃIOWA (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 MAKREŁĄ (ser biały, makreła 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 PŁASTRY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 150,9 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 64,2 Węglowodany ogółem [g] 301,1 Sód [mg] 2 786,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29 suma cukrów prostych [g] 62

2026-10-06 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] 1 918,9 Białko ogółem [g] 81,8 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 229,2 Sód [mg] 566,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,4 suma cukrów prostych [g] 83,3
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MIĘSO MIELONE Z ŁOPATKI Z SOSEM 100 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 1 816 Białko ogółem [g] 77 Tłuszcz [g] 34,5 Węglowodany ogółem [g] 317,2 Sód [mg] 2 594,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 10,7 suma cukrów prostych [g] 44,4
	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] 2 034,9 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 84,6 Węglowodany ogółem [g] 239,2 Sód [mg] 533,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,8 suma cukrów prostych [g] 43
2026-10-07 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) POŁĘDWICA 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 ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (GLUTEN) SER BIAŁY DO MAKARONU (ser biały półtłusty) 150 g (MLEKO) SOS TRUSKAWKOWY (truskawki, maślanka) 100 ml (MLEKO) JABŁKO (120g) 1 szt KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 80 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY (20g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 1 995,3 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 53,3 Węglowodany ogółem [g] 292,7 Sód [mg] 3 019,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,8 suma cukrów prostych [g] 64,1

2026-10-07 środa	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) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 30 g (SOJA, GORCZYCA) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS 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] 1 989,9 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 54,3 Węglowodany ogółem [g] 311,9 Sód [mg] 2 858,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,1 suma cukrów prostych [g] 55,3
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. weg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) POŁĘDWICA 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 ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, 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, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 2 097,7 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 64,3 Węglowodany ogółem [g] 308 Sód [mg] 3 482,5 Błonnik pokarmowy [g] 46,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,9 suma cukrów prostych [g] 22,8
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. weg. 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) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 30 g (SOJA, GORCZYCA) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) SZPINAK BABY 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS 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, angelka 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 1 947,1 Białko ogółem [g] 79,1 Tłuszcz [g] 64,6 Węglowodany ogółem [g] 281,6 Sód [mg] 2 755,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,3 suma cukrów prostych [g] 23,5

2026-10-07 środa	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) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt SZPINAK BABY 2g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5g		ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS 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) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5g	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, angelka 30g, mix 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 1 976,3 Białko ogółem [g] 85,7 Tłuszcz [g] 48,5 Węglowodany ogółem [g] 316,9 Sód [mg] 3 067,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,6 suma cukrów prostych [g] 52,8
	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) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt PASTA WARZYNOWA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 120 g SOS 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, angelka 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 2 169,4 Białko ogółem [g] 108,6 Tłuszcz [g] 57,7 Węglowodany ogółem [g] 327,1 Sód [mg] 3 519,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27 suma cukrów prostych [g] 41
	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] 1 965,1 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 89,6 Węglowodany ogółem [g] 214,2 Sód [mg] 591,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,5 suma cukrów prostych [g] 46,2
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 100 g (SOJA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 150 g	Energia [kcal] 1 829,4 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 26 Węglowodany ogółem [g] 328,4 Sód [mg] 2 549,2 Błonnik pokarmowy [g] 26 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,6 suma cukrów prostych [g] 45,4

2026-10-07 środa	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] 1 908,3 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 89,5 Węglowodany ogółem [g] 199,4 Sód [mg] 589,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,6 suma cukrów prostych [g] 41,6
	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z KASZA 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 ŚLIWKI 3 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) 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] 2 398,8 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 67,7 Węglowodany ogółem [g] 359,3 Sód [mg] 3 870,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28 suma cukrów prostych [g] 93
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z KASZA 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 ZIEMNIA CZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, natka pietruszki) 120 g (GLUTEN, 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] 2 372,5 Białko ogółem [g] 87,3 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 362,9 Sód [mg] 2 738,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,9 suma cukrów prostych [g] 78,8

2026-10-08 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	SALATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 100 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, 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 WIELOZIARNYSTY 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) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SALATKA SZWEDZKA 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 215,9 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 76,1 Węglowodany ogółem [g] 297,4 Sód [mg] 4 063,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,6 suma cukrów prostych [g] 42,3
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. LATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SALATA 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 MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, natka pietruszki) 120 g (GLUTEN, MLEKO) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g SALATA 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) 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	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 270 Białko ogółem [g] 96,8 Tłuszcz [g] 72,9 Węglowodany ogółem [g] 300,3 Sód [mg] 3 687,9 Błonnik pokarmowy [g] 21 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34 suma cukrów prostych [g] 37,1
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 100 g SALATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, natka 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) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt 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] 2 436,6 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 64,6 Węglowodany ogółem [g] 369,2 Sód [mg] 3 278 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,6 suma cukrów prostych [g] 85,1

2026-10-08 czwartek	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) 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 MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, natka 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) TWAROŻEK 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] 2 557,6 Białko ogółem [g] 110,8 Tłuszcz [g] 80,7 Węglowodany ogółem [g] 337,3 Sód [mg] 3 691,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,6 suma cukrów prostych [g] 61
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 500 ml (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA MARCHWIOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MLEKO UHT WANILIOWE 200ML 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 960,7 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 220,2 Sód [mg] 667 Błonnik pokarmowy [g] 21,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,2 suma cukrów prostych [g] 83,8
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 100 g (SOJA, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) MIĘSO MIELONE Z ĆWIARTKI Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA 1SZT. 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) POŁEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA 1SZT. 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 1 841,6 Białko ogółem [g] 79,1 Tłuszcz [g] 31,2 Węglowodany ogółem [g] 327,4 Sód [mg] 2 788,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 8,6 suma cukrów prostych [g] 43,6
	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] 2 043,9 Białko ogółem [g] 108,6 Tłuszcz [g] 86,4 Węglowodany ogółem [g] 223,1 Sód [mg] 610,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25 suma cukrów prostych [g] 47,6

2026-10-09 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 SZCZYPIONIEM (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 morskczuka, jajka, 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, ciecierzycza, ziel. pietruszka, olej rzepakowy) 50 g (GORCZYCA) SZPINAK BABY 2 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 340 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 79,2 Węglowodany ogółem [g] 332,4 Sód [mg] 2 710,1 Błonnik pokarmowy [g] 43,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 52,5
	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 morskczuka, 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] 2 142,7 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 53,8 Węglowodany ogółem [g] 348,7 Sód [mg] 2 151,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,6 suma cukrów prostych [g] 64
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GORCZYCA) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 60 g 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 morskczuka, 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) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz., fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, ziel. pietruszka, olej rzepakowy) 50 g (GORCZYCA) SZPINAK BABY 2 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 192,6 Białko ogółem [g] 102,5 Tłuszcz [g] 78,8 Węglowodany ogółem [g] 290,8 Sód [mg] 2 714,5 Błonnik pokarmowy [g] 44,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,4 suma cukrów prostych [g] 27,4

2026-10-09 piątek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. weg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GORCZYCA) SAŁATA 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, angelka 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) SZPINAK BABY 2 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 204 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 67 Węglowodany ogółem [g] 321,4 Sód [mg] 2 459,1 Błonnik pokarmowy [g] 31 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,8 suma cukrów prostych [g] 29,4
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIONIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt (JAJA) 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) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt 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] 2 141,9 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 53,9 Węglowodany ogółem [g] 348 Sód [mg] 2 163,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,6 suma cukrów prostych [g] 63,9
	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 SZCZYPIONIEM (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] 2 448,9 Białko ogółem [g] 114 Tłuszcz [g] 78,6 Węglowodany ogółem [g] 346,3 Sód [mg] 2 519,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,5 suma cukrów prostych [g] 55,6

2026-10-09 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/CIUKRU 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] 2 058,7 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 93,5 Węglowodany ogółem [g] 224,7 Sód [mg] 972,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30 suma cukrów prostych [g] 44,3
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) MIESO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 1 930,9 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 34,1 Węglowodany ogółem [g] 335,2 Sód [mg] 2 591,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 7,6 suma cukrów prostych [g] 60,8
	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] 1 998,8 Białko ogółem [g] 105,3 Tłuszcz [g] 88,5 Węglowodany ogółem [g] 217,6 Sód [mg] 1 033,3 Błonnik pokarmowy [g] 24 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,9 suma cukrów prostych [g] 41,9
2026-10-10 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 CIUKIER 5 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIANKAMI (ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, przecier pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) KASZA 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 CIUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 994,1 Białko ogółem [g] 88,1 Tłuszcz [g] 57,1 Węglowodany ogółem [g] 288,8 Sód [mg] 3 059 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5 suma cukrów prostych [g] 43,3

2026-10-10 sobota	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, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, przecier pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlna 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] 1 889,9 Białko ogółem [g] 84,6 Tłuszcz [g] 43,4 Węglowodany ogółem [g] 303,6 Sód [mg] 2 598,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,3 suma cukrów prostych [g] 48,7
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. weg. (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, wędlna 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, angelka, przecier pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA b/cukru (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlna dr. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 060,9 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 281,3 Sód [mg] 3 270,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,7 suma cukrów prostych [g] 20,1
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. weg. 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. (angelka 30g, wędlna 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, angelka, przecier pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlna 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] 1 990,7 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 59,7 Węglowodany ogółem [g] 277,4 Sód [mg] 3 619,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,4 suma cukrów prostych [g] 24,3

2026-10-10 sobota	Jan_dieta łatwastrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 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, angelka, przecier pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 80 g (MLEKO) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 910 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 43,6 Węglowodany ogółem [g] 308,8 Sód [mg] 2 361,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,9 suma cukrów prostych [g] 51,1
	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) 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. (angelka 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, angelka, przecier pomidorowy) 2 [Por] x 100 g (GLUTEN, JAJA) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (SOJA, MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 218,2 Białko ogółem [g] 114,8 Tłuszcz [g] 69,5 Węglowodany ogółem [g] 296,6 Sód [mg] 3 091,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32 suma cukrów prostych [g] 34,1
	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] 1 977 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany ogółem [g] 219,3 Sód [mg] 616,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,3 suma cukrów prostych [g] 66,4
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) BIANKA PIERS GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 500 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 100 g (SOJA, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 1 939,9 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 345,7 Sód [mg] 3 663,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 7,2 suma cukrów prostych [g] 46

2026-10-10 sobota	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] 1 942,3 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 81,6 Węglowodany ogółem [g] 231,3 Sód [mg] 555,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23 suma cukrów prostych [g] 44,6
	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 POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	CIASTO DROŻDŻOWE 80 g (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 231,7 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 POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	CIASTO DROŻDŻOWE 80 g (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 254,9 Białko ogółem [g] 77,6 Tłuszcz [g] 68,7 Węglowodany ogółem [g] 334,1 Sód [mg] 3 180,7 Błonnik pokarmowy [g] 29 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,4 suma cukrów prostych [g] 62,9
	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 POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 298,8 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 93,3 Węglowodany ogółem [g] 265,1 Sód [mg] 4 279,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,2 suma cukrów prostych [g] 22

2026-10-11 niedziela	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. weg. 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) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 222,5 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 79,5 Węglowodany ogółem [g] 288,5 Sód [mg] 3 121 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,6 suma cukrów prostych [g] 37
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt 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) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (SELER) MIOD 30 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 063,9 Białko ogółem [g] 78,5 Tłuszcz [g] 59,8 Węglowodany ogółem [g] 306,6 Sód [mg] 2 837,8 Błonnik pokarmowy [g] 30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,7 suma cukrów prostych [g] 63,5
	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) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	CIASTO DROŻDŻOWE 80 g (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 487,2 Białko ogółem [g] 107,9 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 307,1 Sód [mg] 3 222,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,6 suma cukrów prostych [g] 55,4

2026-10-11 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	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) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 150 g (GLUTEN, MLEKO) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 2 035,8 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 30,9 Węglowodany ogółem [g] 347,2 Sód [mg] 3 585,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 8,9 suma cukrów prostych [g] 61,9
	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
2026-10-12 poniedziałek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) 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 SUROWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda) 200 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (SOJA) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 075,8 Białko ogółem [g] 85,9 Tłuszcz [g] 74,1 Węglowodany ogółem [g] 281 Sód [mg] 3 127,8 Błonnik pokarmowy [g] 32 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,6 suma cukrów prostych [g] 28,1

2026-10-12 poniedziałek	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KREM Z MARCHWI (marchew, ziemniaki, pietruszka, seler, kurkuma, cukier) 400 g (SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wieprzowa, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (GLUTEN) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN)	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g MIÓD 25g 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 126,5 Białko ogółem [g] 80,1 Tłuszcz [g] 52,2 Węglowodany ogółem [g] 357,1 Sód [mg] 2 755,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5 suma cukrów prostych [g] 47,7
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. weg. (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 SUROWKA WIELOWARZYWNA b/cukru (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda, ksylitol) 200 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT OWOCOWY b/cukru (mieszanka owoców, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (SOJA) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 097,9 Białko ogółem [g] 85,1 Tłuszcz [g] 78,3 Węglowodany ogółem [g] 278 Sód [mg] 3 444 Błonnik pokarmowy [g] 40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,5 suma cukrów prostych [g] 16,6
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. weg. 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) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 30 g (SOJA) RUKOŁA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt MUS Z GRUSZKI 100 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 959,1 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 276,8 Sód [mg] 2 811,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,4 suma cukrów prostych [g] 19,8

2026-10-12 poniedziałek	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt 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) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) RUKOLA 4 g MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 955,7 Białko ogółem [g] 79 Tłuszcz [g] 50,6 Węglowodany ogółem [g] 317,2 Sód [mg] 2 780,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,3 suma cukrów prostych [g] 48,4
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) KIEŁKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO)	ZUPA KREM Z MARCHWI (marchew, ziemniaki, pietruszka, seler, kurkuma, cukier) 400 g (SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g (GLUTEN, SOJA) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (SOJA) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g MUS Z GRUSZKI 100 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 328,5 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 327 Sód [mg] 3 089,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37 suma cukrów prostych [g] 41,5
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ MANNA l (mleko 2%, kasza manna) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 900,8 Białko ogółem [g] 83,7 Tłuszcz [g] 85,6 Węglowodany ogółem [g] 212 Sód [mg] 574,8 Błonnik pokarmowy [g] 17,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 58,7
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 500 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 100 g (SOJA) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 1 924,5 Białko ogółem [g] 93,1 Tłuszcz [g] 26,3 Węglowodany ogółem [g] 348,6 Sód [mg] 3 369,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,8 suma cukrów prostych [g] 45,7

2026-10-12 poniedziałek	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] 1 897,9 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 82,5 Węglowodany ogółem [g] 212,2 Sód [mg] 539,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,3 suma cukrów prostych [g] 40,5
	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 POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskizucha, 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) SAŁAMI (kielbasa wp-wol., drobno rozdrobniona, dojrzewająca, wędzona, parzona) 50 g SER BIAŁY POŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) KIEŁKI 2 g SAŁATA ŁÓDOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ŚLIWKI 3 szt	Energia [kcal] 2 184,2 Białko ogółem [g] 75,9 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 301,5 Sód [mg] 3 226 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,5 suma cukrów prostych [g] 60,1
	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 POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZONY KOTLET DROBIOWY (mięso drobiowe mielone, jajka kl.M, przyprawy) 100 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYÇA) SER BIAŁY POŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) KETCHUP 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 150 g	Energia [kcal] 2 018,2 Białko ogółem [g] 77,2 Tłuszcz [g] 47,6 Węglowodany ogółem [g] 339,5 Sód [mg] 2 383,8 Błonnik pokarmowy [g] 31 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,9 suma cukrów prostych [g] 52,8

2026-10-13 wtorek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) 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/CIUKRU (burak, jabłko, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 50 g (MLEKO) KIEŁKI 2 g SAŁATA ŁODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	Energia [kcal] 1 882,7 Białko ogółem [g] 74,7 Tłuszcz [g] 63,7 Węglowodany ogółem [g] 266,5 Sód [mg] 2 295,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,7 suma cukrów prostych [g] 34,7
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. węg. LATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z 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/CIUKRU (burak, jabłko, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 50 g (MLEKO) KIEŁKI 2 g SAŁATA ŁODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY B/CIUKRU (jabłka) 150 g	Energia [kcal] 1 800,5 Białko ogółem [g] 81,9 Tłuszcz [g] 50,5 Węglowodany ogółem [g] 269,6 Sód [mg] 2 418,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,7 suma cukrów prostych [g] 35,8
	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) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (SELER) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, salata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYZEM (brokuł, kalafior, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) KIEŁKI 2 g SAŁATA ŁODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 150 g	Energia [kcal] 1 975,4 Białko ogółem [g] 77,7 Tłuszcz [g] 49,2 Węglowodany ogółem [g] 330,6 Sód [mg] 2 236,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,8 suma cukrów prostych [g] 49,9

2026-10-13 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 POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 50 g (RYBA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYZEM (brokuł, kalafior, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZONY KOTLET DROBIOWY (mięso drobiowe mielone, jajka kl.M, przyprawy) 150 g (GLUTEN, JAJA) 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) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY POŁTŁUSTY KRAJANKA 50 g (MLEKO) KIEŁKI 2 g SAŁATA ŁÓDOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ŚLIWKI 3 szt	Energia [kcal] 2 087,6 Białko ogółem [g] 102,7 Tłuszcz [g] 57,1 Węglowodany ogółem [g] 308,4 Sód [mg] 2 255,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,4 suma cukrów prostych [g] 49,6
	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] 1 871,9 Białko ogółem [g] 78,1 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 241,7 Sód [mg] 907,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,5 suma cukrów prostych [g] 45,8
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 1 932,9 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 33,4 Węglowodany ogółem [g] 335,8 Sód [mg] 2 569,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 7,5 suma cukrów prostych [g] 61,1
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, płatki jęczmienne, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA 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] 1 874,4 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany ogółem [g] 233 Sód [mg] 954,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21 suma cukrów prostych [g] 22,9

2026-10-14 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) POŁĘDWICA 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, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA COLESLAW (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, cukier) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, ŚO2) 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] 2 070,9 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 300 Sód [mg] 3 425,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,8 suma cukrów prostych [g] 50,3
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA 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] 2 147,5 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 48,7 Węglowodany ogółem [g] 361,4 Sód [mg] 3 603,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,9 suma cukrów prostych [g] 74

2026-10-14 środa	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) 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, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 80 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (GLUTEN, SELER) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SUROWKA COLESŁAW B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, ksylitol) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 30 g (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 132,5 Białko ogółem [g] 107,8 Tłuszcz [g] 78,2 Węglowodany ogółem [g] 261,7 Sód [mg] 3 555,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,4 suma cukrów prostych [g] 20,3
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) SŁUPKI WARZYW (ogórek zielony, papryka, seler naciowy) obrany warzywa 50 g 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, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 80 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MARCHEWKA GOTOWANA PLASTRY KARBOWANE (marchew, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 30 g (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 081,6 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 71,1 Węglowodany ogółem [g] 281,9 Sód [mg] 3 484,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,4 suma cukrów prostych [g] 27,1

2026-10-14 środa	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt 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) 80 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MARCHEWKA GOTOWANA PLASTRY KARBOWANE (marchew, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 30 g (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 936,8 Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 39 Węglowodany ogółem [g] 333,1 Sód [mg] 3 285,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 15,6 suma cukrów prostych [g] 63,7
	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) POŁĘDWICA 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] 2 296,8 Białko ogółem [g] 118,4 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 320,8 Sód [mg] 4 102,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,4 suma cukrów prostych [g] 56,5
	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] 1 927,3 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 85,1 Węglowodany ogółem [g] 218,7 Sód [mg] 942,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,6 suma cukrów prostych [g] 77,6

2026-10-14 środa	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) BIANKA PIERS GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 500 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) MIESO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEWKA GOTOWANA PLASTRY KARBOWANE (marchew, olej rzepakowy) 200 g HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) FILET ZAPIEKANY (dr.) 100 g (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 1 956,8 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 28,9 Węglowodany ogółem [g] 341,2 Sód [mg] 3 598,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 7,6 suma cukrów prostych [g] 46,9
	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] 1 893,1 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 83,5 Węglowodany ogółem [g] 204,4 Sód [mg] 624,1 Błonnik pokarmowy [g] 25 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24 suma cukrów prostych [g] 52,2
2026-10-15 czwartek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tusty) 30 g (MLEKO) MIX SAŁAT Z POMIDOREM I SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, pomidor, olej rzepakowy, słonecznik) 80 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 957,6 Białko ogółem [g] 84,2 Tłuszcz [g] 58,9 Węglowodany ogółem [g] 267,7 Sód [mg] 3 777,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,7 suma cukrów prostych [g] 42,7

2026-10-15 czwartek	Jan_dieta łatwastrawna (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) SER BIAŁY POŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO) MIOD 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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] 2 102,1 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 50,5 Węglowodany ogółem [g] 325 Sód [mg] 3 026,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,1 suma cukrów prostych [g] 41,1
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. 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 ŻOŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) MIX SAŁAT Z POMIDOREM I SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, pomidor, olej rzepakowy, słonecznik) 80 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM)	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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] 2 048,8 Białko ogółem [g] 92,4 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 263,4 Sód [mg] 4 054,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,6 suma cukrów prostych [g] 16,3
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. węg. LATWOSTR.	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 POŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 15 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO)	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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] 2 003,7 Białko ogółem [g] 83,2 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 273,4 Sód [mg] 3 158,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,6 suma cukrów prostych [g] 15,3

2026-10-15 czwartek	Jan_dieta łatwastrawna z ogri. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 100 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g KALAFIOR GOTOWANY (kalafior, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (SELER) DŻEM OWOCOWY 25g 2 szt LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 870 Białko ogółem [g] 70 Tłuszcz [g] 47,5 Węglowodany ogółem [g] 294 Sód [mg] 2 337,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,5 suma cukrów prostych [g] 51
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 80 g (SOJA, MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 15 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO)	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 150 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 187,7 Białko ogółem [g] 104,9 Tłuszcz [g] 71 Węglowodany ogółem [g] 274,7 Sód [mg] 3 733,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 22,9
	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 KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 929,7 Białko ogółem [g] 83,7 Tłuszcz [g] 85,2 Węglowodany ogółem [g] 234,4 Sód [mg] 632,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,3 suma cukrów prostych [g] 55,3

2026-10-15 czwartek	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) MIESO MIELONE Z ĆWIARTKI Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 150 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 1 864,7 Białko ogółem [g] 73,2 Tłuszcz [g] 35,3 Węglowodany ogółem [g] 331,1 Sód [mg] 2 538,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 9,6 suma cukrów prostych [g] 59,1
	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 BROKUŁOWA Z RYŻEM Z ŁOPATKĄ (łopatka wp., ryż, brokuł, włoszczyzna) 500 ml (SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	Energia [kcal] 1 873,4 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 85,7 Węglowodany ogółem [g] 215,1 Sód [mg] 592,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,7 suma cukrów prostych [g] 38
2026-10-16 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 SZCZYPIONIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt (JAJA) PAPRYKA ŚWIEŻA 30 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (MLEKO, SELER) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morskczuka, jajka, mąka, bułka tarta) 80 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SUROWKA 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 LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY (20g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 206,1 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 68,4 Węglowodany ogółem [g] 329,3 Sód [mg] 2 187,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3 suma cukrów prostych [g] 55,9
	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 RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (MLEKO, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morskczuka, 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] 2 195,1 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 53,1 Węglowodany ogółem [g] 348 Sód [mg] 2 115,5 Błonnik pokarmowy [g] 25 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25 suma cukrów prostych [g] 67,5

2026-10-16 piątek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. weg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPORKIEM (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 RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (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) POŁĘDWICA 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] 2 293,2 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 87,2 Węglowodany ogółem [g] 283 Sód [mg] 2 745 Błonnik pokarmowy [g] 37,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,9 suma cukrów prostych [g] 25,5
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. weg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPORKIEM (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 RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (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) POŁĘDWICA 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, angelka 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 2 085,7 Białko ogółem [g] 110,6 Tłuszcz [g] 64,3 Węglowodany ogółem [g] 276 Sód [mg] 2 327,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,1 suma cukrów prostych [g] 26,7
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt 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 RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (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) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt 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, angelka 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 2 146,9 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 48,3 Węglowodany ogółem [g] 343,6 Sód [mg] 2 612,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,3 suma cukrów prostych [g] 49,2

2026-10-16 piątek	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) 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 RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (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 LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	WAFELEK ŚMIETANKOWY (20g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 273,8 Białko ogółem [g] 117,4 Tłuszcz [g] 55 Węglowodany ogółem [g] 335,5 Sód [mg] 2 570,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,7 suma cukrów prostych [g] 52,2
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 500 ml (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	PAPKA ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczy, kon. pomidorowy, mąka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK WIEJSKI (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 908,4 Białko ogółem [g] 96,3 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 211,5 Sód [mg] 942 Błonnik pokarmowy [g] 18,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,3 suma cukrów prostych [g] 57,6
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 100 g (SOJA) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 100 g (SOJA, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 1 893,7 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 336,6 Sód [mg] 3 583,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,7 suma cukrów prostych [g] 45,1
	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] 1 994,1 Białko ogółem [g] 102,1 Tłuszcz [g] 79,9 Węglowodany ogółem [g] 228,8 Sód [mg] 545,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,1 suma cukrów prostych [g] 46

2026-10-17 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) SUROWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA (marchew, seler, olej rzepakowy) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) SER BIAŁY POŁTŁUSTY 30 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 225,1 Białko ogółem [g] 89,5 Tłuszcz [g] 78,5 Węglowodany ogółem [g] 309,5 Sód [mg] 4 058 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,7 suma cukrów prostych [g] 53,1
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA 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) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) SER BIAŁY POŁTŁUSTY 30 g (MLEKO) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 076 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 58,4 Węglowodany ogółem [g] 327,8 Sód [mg] 3 220,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 50,5
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. 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 WEDLINĄ 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) SUROWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA b/cukru (marchew, seler, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) SER BIAŁY POŁTŁUSTY 30 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 160,2 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 85,4 Węglowodany ogółem [g] 278,1 Sód [mg] 3 877,6 Błonnik pokarmowy [g] 39,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,4 suma cukrów prostych [g] 23,3

2026-10-17 sobota	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. weg. 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) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) SER BIAŁY POŁTŁUSTY 30 g (MLEKO) KIEŁKI 4 g JABŁKO PĄRZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 033,1 Białko ogółem [g] 81 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 294,7 Sód [mg] 3 541,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,9 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) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA POŁĘDWICOWA 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) 50 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 80 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) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) SER BIAŁY POŁTŁUSTY 30 g (MLEKO) KIEŁKI 4 g JABŁKO PĄRZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 900,3 Białko ogółem [g] 85,9 Tłuszcz [g] 40 Węglowodany ogółem [g] 321,4 Sód [mg] 2 962,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,4 suma cukrów prostych [g] 46,5
	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) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) SER BIAŁY POŁTŁUSTY 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] 2 159,6 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 69,7 Węglowodany ogółem [g] 310 Sód [mg] 3 392 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34 suma cukrów prostych [g] 38,5

2026-10-17 sobota	Jan_plynnawzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z RYŻEM BIAŁYM (ryż, mleko) 500 ml (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	SOCZEK B/CIUKRU 200ml 1 szt	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocnioną (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 biegu	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 100 g (SOJA, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 1 956,3 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 28 Węglowodany ogółem [g] 347 Sód [mg] 3 629,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 7,3 suma cukrów prostych [g] 60,6
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA 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
2026-10-18 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 RZEZNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (GLUTEN, 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) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CIUKIER 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

2026-10-18 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 RZEŻNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (GLUTEN, SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) MUS JABŁKOWY B/CIUKRU (jabłka) 100 g		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (GLUTEN, 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) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) CIUKIER 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 RZEŻNIKA (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/CIUKRU (burak, jabłko, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA 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/CIUKRU (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 RZEŻNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (GLUTEN, SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY B/CIUKRU (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) POŁĘDWICA 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/CIUKRU (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

2026-10-18 niedziela

Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (GLUTEN, SOJA) MIÓD 25g 1 szt LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (GLUTEN, MLEKO) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 192,9 Białko ogółem [g] 81,5 Tłuszcz [g] 50,5 Węglowodany ogółem [g] 354,2 Sód [mg] 2 954,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,9 suma cukrów prostych [g] 87,9
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) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 200 g (GLUTEN, MLEKO) ZIEMNIANKI 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) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 266,7 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 ZIEMIACZANA 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	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) BIANKA PIERS GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) MIESO MIELONE Z ĆWIARTKI Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 1 893,9 Białko ogółem [g] 76 Tłuszcz [g] 33,3 Węglowodany ogółem [g] 342 Sód [mg] 2 634,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 9,4 suma cukrów prostych [g] 73,5

2026-10-18 niedziela	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
----------------------	-----------------------	--	--	---	--	---	--