Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-19 do dnia 2026-11-01 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2026-10-19 poniedziałek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana)I 300 ml (***MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g (***MLEKO***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt		ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, ogórki kiszone, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA***) WIEPRZOWINA PO WĘGIERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, koncentrat pomidorowy) 120 g (***GLUTEN***) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (***GLUTEN***) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) POMIDOR 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 134,9** **Białko ogółem [g] 95,9** **Tłuszcz [g] 71** **Węglowodany ogółem [g] 286** **Sód [mg] 3 747,6** **Błonnik pokarmowy [g] 28,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,8** **suma cukrów prostych [g] 47,8**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana)I 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (***GLUTEN, SOJA***) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (***GLUTEN***) BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) MIÓD 25g 1 szt MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 80 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 120,9** **Białko ogółem [g] 82,5** **Tłuszcz [g] 53,9** **Węglowodany ogółem [g] 342,1** **Sód [mg] 2 361,7** **Błonnik pokarmowy [g] 27,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,9** **suma cukrów prostych [g] 83,5**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, ogórki kiszone, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA***) WIEPRZOWINA PO WĘGIERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, koncentrat pomidorowy) 120 g (***GLUTEN***) MAKARON PEŁNOZIARNISTY PENNE GOTOWANY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA b/cukru (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) POMIDOR 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 957,6** **Białko ogółem [g] 92,4** **Tłuszcz [g] 63,3** **Węglowodany ogółem [g] 267,8** **Sód [mg] 3 289,7** **Błonnik pokarmowy [g] 38,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,4** **suma cukrów prostych [g] 22,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-19 poniedziałek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	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***) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (***GLUTEN***) BURACZKI GOTOWANE B/CUKRU (buraki, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) POMIDOR 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 814** **Białko ogółem [g] 86,8** **Tłuszcz [g] 47,8** **Węglowodany ogółem [g] 274,2** **Sód [mg] 2 922,5** **Błonnik pokarmowy [g] 23,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,2** **suma cukrów prostych [g] 36,3**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana)I 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 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***) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (***GLUTEN***) BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 80 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 049** **Białko ogółem [g] 92,1** **Tłuszcz [g] 55,2** **Węglowodany ogółem [g] 309,1** **Sód [mg] 2 872** **Błonnik pokarmowy [g] 25,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,2** **suma cukrów prostych [g] 63,8**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana)I 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	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) 200 g (***GLUTEN, SOJA***) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (***GLUTEN***) BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 80 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 231,4** **Białko ogółem [g] 103,4** **Tłuszcz [g] 64,2** **Węglowodany ogółem [g] 326,8** **Sód [mg] 2 902,2** **Błonnik pokarmowy [g] 28,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30** **suma cukrów prostych [g] 64,2**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ I (mleko 2%, kasza kukurydziana) 500 ml (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	PAPKA ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, wp, ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka) 500 ml (***SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 884,3** **Białko ogółem [g] 96** **Tłuszcz [g] 73,8** **Węglowodany ogółem [g] 228,4** **Sód [mg] 575,7** **Błonnik pokarmowy [g] 27,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3** **suma cukrów prostych [g] 54,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-19 do dnia 2026-11-01 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-19 poniedziałek	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***)	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (***GLUTEN***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***)	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	**Energia [kcal] 1 994,4** **Białko ogółem [g] 92,4** **Tłuszcz [g] 41,8** **Węglowodany ogółem [g] 332** **Sód [mg] 3 412,2** **Błonnik pokarmowy [g] 26,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18** **suma cukrów prostych [g] 48,5**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza kukurydziana, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, wp, ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	**Energia [kcal] 2 089,3** **Białko ogółem [g] 107** **Tłuszcz [g] 86,1** **Węglowodany ogółem [g] 244,4** **Sód [mg] 598,1** **Błonnik pokarmowy [g] 31,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,7** **suma cukrów prostych [g] 37,7**
2026-10-20 wtorek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA TWAROGOWA Z MAKRELĄ (ser biały, makrela wędzona, zielona pietruszka) 50 g (***RYBA, MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***MLEKO, SELER***) KOTLET MIELONY PIECZONY (łopatka wp., cebula, jajka kl.M, bułka tarta, olej) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA (marchew, seler, olej rzepakowy) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 50 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ŚLIWKI 3 szt	**Energia [kcal] 2 086,2** **Białko ogółem [g] 82,6** **Tłuszcz [g] 76** **Węglowodany ogółem [g] 289,5** **Sód [mg] 3 646,2** **Błonnik pokarmowy [g] 35,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,5** **suma cukrów prostych [g] 41,3**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA TWAROGOWA Z MAKRELĄ (ser biały, makrela wędzona, zielona pietruszka) 50 g (***RYBA, MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) KETCHUP 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***MLEKO, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 50 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 80 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM (145g) 1 szt	**Energia [kcal] 2 065,6** **Białko ogółem [g] 84,8** **Tłuszcz [g] 58,1** **Węglowodany ogółem [g] 325,7** **Sód [mg] 2 988,5** **Błonnik pokarmowy [g] 31,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,3** **suma cukrów prostych [g] 47,8**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA TWAROGOWA Z MAKRELĄ (ser biały, makrela wędzona, zielona pietruszka) 50 g (***RYBA, MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***MLEKO, SELER***) KOTLET MIELONY PIECZONY (łopatka wp., cebula, jajka kl.M, bułka tarta, olej) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA b/cukru (marchew, seler, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 50 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 966,1** **Białko ogółem [g] 82,8** **Tłuszcz [g] 75,2** **Węglowodany ogółem [g] 258,4** **Sód [mg] 4 002,1** **Błonnik pokarmowy [g] 37,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,7** **suma cukrów prostych [g] 23,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-20 wtorek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA TWAROGOWA Z MAKRELĄ (ser biały, makrela wędzona, zielona pietruszka) 50 g (***RYBA, MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***MLEKO, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 50 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 80 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 4 [Por] x 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 017,9** **Białko ogółem [g] 100,5** **Tłuszcz [g] 67,3** **Węglowodany ogółem [g] 273,8** **Sód [mg] 3 139,1** **Błonnik pokarmowy [g] 26,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,8** **suma cukrów prostych [g] 50,9**
	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 PASTA TWAROGOWA Z MAKRELĄ (ser biały, makrela wędzona, zielona pietruszka) 50 g (***RYBA, MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***MLEKO, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 80 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM (145g) 1 szt	**Energia [kcal] 2 017** **Białko ogółem [g] 92,9** **Tłuszcz [g] 55,3** **Węglowodany ogółem [g] 312,2** **Sód [mg] 2 941,5** **Błonnik pokarmowy [g] 30,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,8** **suma cukrów prostych [g] 41,6**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA TWAROGOWA Z MAKRELĄ (ser biały, makrela wędzona, zielona pietruszka) 50 g (***RYBA, MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***MLEKO, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 150 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 50 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 80 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM (145g) 1 szt	**Energia [kcal] 2 224,1** **Białko ogółem [g] 102,4** **Tłuszcz [g] 68,8** **Węglowodany ogółem [g] 324,2** **Sód [mg] 2 841,1** **Błonnik pokarmowy [g] 30,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,2** **suma cukrów prostych [g] 52,3**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI OWSIANYMI I (mleko 2%, płatki owsiane) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS Z GRUSZKI 150 g	PAPKA ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, włoszczyzna, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MAŚLANKA 200 ml (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 887,1** **Białko ogółem [g] 86,8** **Tłuszcz [g] 80,4** **Węglowodany ogółem [g] 229,3** **Sód [mg] 625** **Błonnik pokarmowy [g] 26,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,2** **suma cukrów prostych [g] 36,3**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-20 wtorek	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***)	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (***GLUTEN***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 120 g (***GLUTEN***)	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 100 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***)	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	**Energia [kcal] 2 081,2** **Białko ogółem [g] 100** **Tłuszcz [g] 44,5** **Węglowodany ogółem [g] 336,7** **Sód [mg] 3 447,7** **Błonnik pokarmowy [g] 23** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,2** **suma cukrów prostych [g] 65,6**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, włoszczyzna, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS Z GRUSZKI 150 g	**Energia [kcal] 1 907,5** **Białko ogółem [g] 97** **Tłuszcz [g] 82,8** **Węglowodany ogółem [g] 222,3** **Sód [mg] 577,4** **Błonnik pokarmowy [g] 30,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,7** **suma cukrów prostych [g] 19,5**
2026-10-21 środa	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (***MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) POMIDOR 50 g SZPINAK BABY 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 50 g (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 1 995,6** **Białko ogółem [g] 87,6** **Tłuszcz [g] 42,1** **Węglowodany ogółem [g] 317,6** **Sód [mg] 2 912** **Błonnik pokarmowy [g] 33,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,6** **suma cukrów prostych [g] 62,6**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) KETCHUP 20 g MIÓD 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka, 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) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 80 g (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 155,8** **Białko ogółem [g] 91,4** **Tłuszcz [g] 42,3** **Węglowodany ogółem [g] 367,6** **Sód [mg] 3 172,2** **Błonnik pokarmowy [g] 30,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,1** **suma cukrów prostych [g] 70,4**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) POMIDOR 50 g SZPINAK BABY 2 g HERBATA (250ml) 1 szt KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	POMARAŃCZA (150g) 1 szt	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka, 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***) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zioła) 80 g (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 027** **Białko ogółem [g] 99,7** **Tłuszcz [g] 43,9** **Węglowodany ogółem [g] 310,2** **Sód [mg] 3 099,4** **Błonnik pokarmowy [g] 41,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,2** **suma cukrów prostych [g] 59,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-21 środa	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 120 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) POMIDOR 50 g SZPINAK BABY 2 g HERBATA (250ml) 1 szt KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka, 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***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 120 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zioła) 80 g (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 041** **Białko ogółem [g] 96,2** **Tłuszcz [g] 42,9** **Węglowodany ogółem [g] 324,6** **Sód [mg] 3 242,1** **Błonnik pokarmowy [g] 30,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,8** **suma cukrów prostych [g] 54,6**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	RYŻ NA WYWARZE JARZYNOWYM (ryż biały, marchew, pietruszka, seler) 300 ml (***SELER***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) MARMOLADA 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (***GLUTEN***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zioła) 80 g (***MLEKO***) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 085,2** **Białko ogółem [g] 95,2** **Tłuszcz [g] 41,1** **Węglowodany ogółem [g] 354** **Sód [mg] 2 978,7** **Błonnik pokarmowy [g] 30,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 15,4** **suma cukrów prostych [g] 85,1**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 150 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zioła) 100 g (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 293,8** **Białko ogółem [g] 120,7** **Tłuszcz [g] 55** **Węglowodany ogółem [g] 340,1** **Sód [mg] 3 376,2** **Błonnik pokarmowy [g] 27,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,9** **suma cukrów prostych [g] 60,8**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z RYŻEM BIAŁYM (ryż, mleko) 500 ml (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 954,5** **Białko ogółem [g] 90,2** **Tłuszcz [g] 83,5** **Węglowodany ogółem [g] 226,9** **Sód [mg] 656,7** **Błonnik pokarmowy [g] 17,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3** **suma cukrów prostych [g] 75,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-21 środa	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***)	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (***SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (***GLUTEN***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	**Energia [kcal] 1 891** **Białko ogółem [g] 92** **Tłuszcz [g] 34** **Węglowodany ogółem [g] 327,2** **Sód [mg] 2 642** **Błonnik pokarmowy [g] 29,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 12,4** **suma cukrów prostych [g] 51,1**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 861,6** **Białko ogółem [g] 102,5** **Tłuszcz [g] 85,5** **Węglowodany ogółem [g] 190,7** **Sód [mg] 598,6** **Błonnik pokarmowy [g] 21,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,1** **suma cukrów prostych [g] 39,6**
2026-10-22 czwartek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA Z CIECIERZYCY Z SUSZONYMI POMIDORAMI 50 g (***SELER, SO2***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEM KISZONYM (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, olej rzepakowy) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (***SOJA***) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt CUKIER 5 g HERBATA (250ml) 1 szt JABŁKO (120g) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 140,8** **Białko ogółem [g] 76,2** **Tłuszcz [g] 66,6** **Węglowodany ogółem [g] 311,1** **Sód [mg] 2 922,3** **Błonnik pokarmowy [g] 38,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26** **suma cukrów prostych [g] 43,2**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) KETCHUP 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) 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***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (***SOJA***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 162** **Białko ogółem [g] 81,3** **Tłuszcz [g] 57,9** **Węglowodany ogółem [g] 334,4** **Sód [mg] 3 003,4** **Błonnik pokarmowy [g] 31,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,2** **suma cukrów prostych [g] 59,3**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA Z CIECIERZYCY Z SUSZONYMI POMIDORAMI 50 g (***SELER, SO2***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA FASOLOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasola Jaś, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,kiełbasa domow,mąka, cebula) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEM KISZONYM b/cukru (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, olej rzepakowy) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (***SOJA***) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 067,3** **Białko ogółem [g] 77,2** **Tłuszcz [g] 66,8** **Węglowodany ogółem [g] 289,9** **Sód [mg] 2 759** **Błonnik pokarmowy [g] 43,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,6** **suma cukrów prostych [g] 20,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-22 czwartek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt MUS OWOCOWY (100g) 1 szt	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (***SOJA***) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 980** **Białko ogółem [g] 78** **Tłuszcz [g] 55,8** **Węglowodany ogółem [g] 295,3** **Sód [mg] 3 003,5** **Błonnik pokarmowy [g] 31,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,7** **suma cukrów prostych [g] 43,7**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt KETCHUP 20 g SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 100 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (***SOJA***) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 015,7** **Białko ogółem [g] 74,7** **Tłuszcz [g] 49,1** **Węglowodany ogółem [g] 320,6** **Sód [mg] 2 637,2** **Błonnik pokarmowy [g] 28** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,6** **suma cukrów prostych [g] 56,2**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 150 g SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 100 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 100 g (***SOJA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 099,4** **Białko ogółem [g] 91** **Tłuszcz [g] 59,4** **Węglowodany ogółem [g] 296,5** **Sód [mg] 3 187,2** **Błonnik pokarmowy [g] 26,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,6** **suma cukrów prostych [g] 34,2**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ MANNĄ (mleko 2%, kasza manna) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, makaron zacierka, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 884,4** **Białko ogółem [g] 89,7** **Tłuszcz [g] 72,2** **Węglowodany ogółem [g] 243,1** **Sód [mg] 619,2** **Błonnik pokarmowy [g] 19,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,6** **suma cukrów prostych [g] 71,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-22 czwartek	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt BANAN (180g) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***)	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z ĆWIARTKI Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (***GLUTEN***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ zmielona (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***)	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	**Energia [kcal] 2 316** **Białko ogółem [g] 79,1** **Tłuszcz [g] 56,7** **Węglowodany ogółem [g] 398,4** **Sód [mg] 2 599,9** **Błonnik pokarmowy [g] 31,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,2** **suma cukrów prostych [g] 87,3**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, makaron zacierka, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS OWOCOWY (100g) 1 szt	**Energia [kcal] 1 849,5** **Białko ogółem [g] 95,3** **Tłuszcz [g] 79,7** **Węglowodany ogółem [g] 213** **Sód [mg] 644,4** **Błonnik pokarmowy [g] 21,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,5** **suma cukrów prostych [g] 28,8**
2026-10-23 piątek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (***MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (***JAJA, GORCZYCA***) PAPRYKA KONSERWOWA 50 g (***GORCZYCA***) POMARAŃCZA (150g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA MINESTRONE (ziemniaki, włoszczyzna, kapusta biała, kalafior, fasolka, brokuł, przecier pomidorowy) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morszczuka,jaja,mąka,bułka tarta) 80 g (***GLUTEN, JAJA, RYBA***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona pietruszka) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 50 g (***MLEKO***) MARMOLADA 30 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK ŚMIETANKOWY (20g) 1 szt (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 184,8** **Białko ogółem [g] 75,5** **Tłuszcz [g] 72,4** **Węglowodany ogółem [g] 326** **Sód [mg] 2 460,7** **Błonnik pokarmowy [g] 35,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,3** **suma cukrów prostych [g] 65,6**
	Jan_dieta latwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (***SOJA, SELER***) MIÓD 25g 1 szt MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) MARMOLADA 30 g MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK ŚMIETANKOWY (20g) 1 szt (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 179,6** **Białko ogółem [g] 83,1** **Tłuszcz [g] 52,4** **Węglowodany ogółem [g] 349,6** **Sód [mg] 2 317,9** **Błonnik pokarmowy [g] 28,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22** **suma cukrów prostych [g] 62,6**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (***JAJA, GORCZYCA***) POMARAŃCZA (150g) 1 szt PAPRYKA KONSERWOWA 50 g (***GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, MLEKO, SEZAM***)	ZUPA MINESTRONE (ziemniaki, włoszczyzna, kapusta biała, kalafior, fasolka, brokuł, przecier pomidorowy) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona, pietruszka, ksylitol) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 338,1** **Białko ogółem [g] 97** **Tłuszcz [g] 86,3** **Węglowodany ogółem [g] 310,5** **Sód [mg] 2 988,1** **Błonnik pokarmowy [g] 43,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,1** **suma cukrów prostych [g] 32,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-23 piątek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (***JAJA, GORCZYCA***) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (angielka 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 073,8** **Białko ogółem [g] 93** **Tłuszcz [g] 71,2** **Węglowodany ogółem [g] 278,4** **Sód [mg] 2 600,9** **Błonnik pokarmowy [g] 26,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,5** **suma cukrów prostych [g] 25,1**
	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 JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt MIÓD 25g 1 szt SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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 SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 50 g (***MLEKO***) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 014** **Białko ogółem [g] 80,3** **Tłuszcz [g] 45,1** **Węglowodany ogółem [g] 336,7** **Sód [mg] 1 994,5** **Błonnik pokarmowy [g] 28,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,6** **suma cukrów prostych [g] 54,8**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (***JAJA, GORCZYCA***) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (angielka 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 150 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 479,7** **Białko ogółem [g] 120,3** **Tłuszcz [g] 80,1** **Węglowodany ogółem [g] 334,8** **Sód [mg] 2 771,6** **Błonnik pokarmowy [g] 29,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,1** **suma cukrów prostych [g] 37,3**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z RYŻEM BIAŁYM (ryż, mleko) 500 ml (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza jęczmienna, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK WIEJSKI (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 888,5** **Białko ogółem [g] 91,3** **Tłuszcz [g] 80,7** **Węglowodany ogółem [g] 212,7** **Sód [mg] 925,3** **Błonnik pokarmowy [g] 17,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,2** **suma cukrów prostych [g] 58,3**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-23 piątek	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***)	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (***GLUTEN***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 120 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***)	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	**Energia [kcal] 1 978,6** **Białko ogółem [g] 89,5** **Tłuszcz [g] 43,9** **Węglowodany ogółem [g] 323,3** **Sód [mg] 2 508,3** **Błonnik pokarmowy [g] 23,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,1** **suma cukrów prostych [g] 46,9**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza jęczmienna, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 864,6** **Białko ogółem [g] 93,9** **Tłuszcz [g] 82,2** **Węglowodany ogółem [g] 204,4** **Sód [mg] 537,7** **Błonnik pokarmowy [g] 21,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,4** **suma cukrów prostych [g] 44,3**
2026-10-24 sobota	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER***) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) 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***) BIAŃKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SELER, GORCZYCA***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 057,6** **Białko ogółem [g] 86,8** **Tłuszcz [g] 56,7** **Węglowodany ogółem [g] 307,2** **Sód [mg] 4 007,5** **Błonnik pokarmowy [g] 26,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,9** **suma cukrów prostych [g] 60,3**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER***) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, 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***) BIAŃKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SELER, GORCZYCA***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 120** **Białko ogółem [g] 86,4** **Tłuszcz [g] 46,2** **Węglowodany ogółem [g] 356,3** **Sód [mg] 2 762,4** **Błonnik pokarmowy [g] 27,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,8** **suma cukrów prostych [g] 75,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-24 sobota	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL B/CUKRU (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA BARSZCZ UKRAIŃSKI (buraki, kapusta biała, ziemniaki, fasola Jaś, marchew, pietruszka, seler, cebula, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDĄ (ogórek kiszony, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g (***GORCZYCA***)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) BIAŃKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM***)	**Energia [kcal] 2 065,9** **Białko ogółem [g] 85,2** **Tłuszcz [g] 63,5** **Węglowodany ogółem [g] 293,5** **Sód [mg] 5 031** **Błonnik pokarmowy [g] 32,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30** **suma cukrów prostych [g] 32,3**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL B/CUKRU (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA BARSZCZ UKRAIŃSKI (buraki, kapusta biała, ziemniaki, fasola Jaś, marchew, pietruszka, seler, cebula, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) BIAŃKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) SAŁATA LODOWA 10 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 119,2** **Białko ogółem [g] 94,6** **Tłuszcz [g] 57** **Węglowodany ogółem [g] 326,5** **Sód [mg] 4 045,2** **Błonnik pokarmowy [g] 27** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,4** **suma cukrów prostych [g] 34,5**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt BIAŃKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 50 g (***SELER, GORCZYCA***) SAŁATA LODOWA 10 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 954,8** **Białko ogółem [g] 87,1** **Tłuszcz [g] 39,9** **Węglowodany ogółem [g] 326,8** **Sód [mg] 2 333,3** **Błonnik pokarmowy [g] 24,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,1** **suma cukrów prostych [g] 63,2**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER***) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 150 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) BIAŃKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SELER, GORCZYCA***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt SAŁATA LODOWA 10 g	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 124,6** **Białko ogółem [g] 107,1** **Tłuszcz [g] 54,6** **Węglowodany ogółem [g] 316,3** **Sód [mg] 2 798** **Błonnik pokarmowy [g] 24,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,8** **suma cukrów prostych [g] 64,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-19 do dnia 2026-11-01 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-24 sobota	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 928,5** **Białko ogółem [g] 95,2** **Tłuszcz [g] 89,6** **Węglowodany ogółem [g] 202,3** **Sód [mg] 589,2** **Błonnik pokarmowy [g] 20,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29** **suma cukrów prostych [g] 33,7**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***)	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA B/MLEKA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (***GLUTEN***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 100 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***)	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	**Energia [kcal] 2 124,6** **Białko ogółem [g] 101** **Tłuszcz [g] 41,8** **Węglowodany ogółem [g] 356,4** **Sód [mg] 2 645,4** **Błonnik pokarmowy [g] 27,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,3** **suma cukrów prostych [g] 61,9**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS Z GRUSZKI 150 g	**Energia [kcal] 1 919** **Białko ogółem [g] 98,1** **Tłuszcz [g] 82** **Węglowodany ogółem [g] 223,2** **Sód [mg] 557,9** **Błonnik pokarmowy [g] 30,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,3** **suma cukrów prostych [g] 22**
2026-10-25 niedziela	Jan_dieta podstawowa (D01)	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 30 g (***GLUTEN, SOJA***) SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (***MLEKO***)		ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATKA Z BURACZKA (burak, jabłko, olej rzepakowy, cukier) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (***MLEKO***) POMIDOR 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 174,3** **Białko ogółem [g] 84,8** **Tłuszcz [g] 80,9** **Węglowodany ogółem [g] 271,1** **Sód [mg] 3 210,7** **Błonnik pokarmowy [g] 28,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,5** **suma cukrów prostych [g] 59,3**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 30 g (***GLUTEN, SOJA***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (***MLEKO***)		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) KETCHUP 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 991,8** **Białko ogółem [g] 76,1** **Tłuszcz [g] 52,9** **Węglowodany ogółem [g] 301,2** **Sód [mg] 3 151,9** **Błonnik pokarmowy [g] 25,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,3** **suma cukrów prostych [g] 70,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-25 niedziela	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 30 g (***GLUTEN, SOJA***) SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, chleb graham 30g, masło10g) 1 Por (***GLUTEN, MLEKO, SEZAM***)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, jabłko, olej rzepakowy, ksylitol) 100 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (***MLEKO***) POMIDOR 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 278,1** **Białko ogółem [g] 96,5** **Tłuszcz [g] 85,1** **Węglowodany ogółem [g] 271** **Sód [mg] 3 284,2** **Błonnik pokarmowy [g] 33,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,8** **suma cukrów prostych [g] 25,6**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 30 g (***GLUTEN, SOJA***) MUS OWOCOWY (100g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO***)	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (***GLUTEN, 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***) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (***MLEKO***) SZPINAK BABY 2 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 121,8** **Białko ogółem [g] 87** **Tłuszcz [g] 59,6** **Węglowodany ogółem [g] 304,6** **Sód [mg] 2 640,3** **Błonnik pokarmowy [g] 24,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,9** **suma cukrów prostych [g] 50,3**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) RUKOLA 4 g MUS OWOCOWY (100g) 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (***MLEKO***)		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (***GLUTEN, 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***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 50 g (***MLEKO***) DŻEM OWOCOWY 25g 2 szt SZPINAK BABY 2 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	**Energia [kcal] 1 962,4** **Białko ogółem [g] 68,4** **Tłuszcz [g] 43,8** **Węglowodany ogółem [g] 319,3** **Sód [mg] 2 096,1** **Błonnik pokarmowy [g] 24** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,5** **suma cukrów prostych [g] 75,2**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) MUS OWOCOWY (100g) 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (***MLEKO***)	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO***)	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 150 g (***GLUTEN, 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***) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 100 g (***MLEKO***) SZPINAK BABY 2 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 339,2** **Białko ogółem [g] 102,4** **Tłuszcz [g] 68** **Węglowodany ogółem [g] 319,9** **Sód [mg] 2 878,5** **Błonnik pokarmowy [g] 24,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,9** **suma cukrów prostych [g] 62,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-19 do dnia 2026-11-01 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-25 niedziela	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 096,2** **Białko ogółem [g] 90** **Tłuszcz [g] 98,1** **Węglowodany ogółem [g] 242,8** **Sód [mg] 978,4** **Błonnik pokarmowy [g] 23,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,1** **suma cukrów prostych [g] 49,3**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA B/MLEKA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) MIĘSO MIELONE Z ĆWIARTKI Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (***GLUTEN***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA DROBIOWA* 100 g (***GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	**Energia [kcal] 2 033** **Białko ogółem [g] 74** **Tłuszcz [g] 51,5** **Węglowodany ogółem [g] 339,5** **Sód [mg] 2 438,3** **Błonnik pokarmowy [g] 26,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,1** **suma cukrów prostych [g] 47,2**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	**Energia [kcal] 1 999,9** **Białko ogółem [g] 88,5** **Tłuszcz [g] 97** **Węglowodany ogółem [g] 222,8** **Sód [mg] 653,4** **Błonnik pokarmowy [g] 23,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,3** **suma cukrów prostych [g] 34,2**
2026-10-26 poniedziałek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) SOS BOLOŃSKI Z WARZYWAMI DUSZONY (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 120 g (***GLUTEN***) MAKARON PEŁNOZIARNISTY PENNE GOTOWANY 200 g SURÓWKA COLESLAW DROBNO SIEKANA (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, cukier) 200 g (***JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (***MLEKO***) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz.,fasola czerwona,groszek zielony,ciecierzyca,ziel. pietruszka,olej rzepakowy) 50 g (***GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 170,2** **Białko ogółem [g] 95,7** **Tłuszcz [g] 53,1** **Węglowodany ogółem [g] 348** **Sód [mg] 2 964,3** **Błonnik pokarmowy [g] 44,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,3** **suma cukrów prostych [g] 70,7**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) KETCHUP 20 g MIÓD 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (***GLUTEN, SOJA***) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (***MLEKO***) GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM (145g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 227,3** **Białko ogółem [g] 92,2** **Tłuszcz [g] 47,8** **Węglowodany ogółem [g] 374,5** **Sód [mg] 2 592** **Błonnik pokarmowy [g] 28,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,7** **suma cukrów prostych [g] 75,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-26 poniedziałek

Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) SOS BOLOŃSKI Z WARZYWAMI DUSZONY (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 120 g (***GLUTEN***) MAKARON PEŁNOZIARNISTY PENNE GOTOWANY 200 g SURÓWKA COLESŁAW DROBNO SIEKANA B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, ksylitol) 200 g (***JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (***MLEKO***) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz.,fasola czerwona,groszek zielony,ciecierzyca,ziel. pietruszka,olej rzepakowy) 50 g (***GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL B/CUKRU (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 976,5** **Białko ogółem [g] 100,1** **Tłuszcz [g] 52,7** **Węglowodany ogółem [g] 292,3** **Sód [mg] 2 735,4** **Błonnik pokarmowy [g] 45,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,8** **suma cukrów prostych [g] 32,3**
Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (***GLUTEN, SOJA***) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (***MLEKO***) RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 1 904,4** **Białko ogółem [g] 93,8** **Tłuszcz [g] 46** **Węglowodany ogółem [g] 292,5** **Sód [mg] 2 371,8** **Błonnik pokarmowy [g] 23,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23** **suma cukrów prostych [g] 53,2**
Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g 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***) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (***GLUTEN, SOJA***) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (***MLEKO***) RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 033,8** **Białko ogółem [g] 92,2** **Tłuszcz [g] 47,2** **Węglowodany ogółem [g] 325,2** **Sód [mg] 2 450,3** **Błonnik pokarmowy [g] 25,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,6** **suma cukrów prostych [g] 68,2**
Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g (***GLUTEN, SOJA***) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (***MLEKO***) RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 162,3** **Białko ogółem [g] 104,7** **Tłuszcz [g] 54,1** **Węglowodany ogółem [g] 328,9** **Sód [mg] 2 504,8** **Błonnik pokarmowy [g] 25,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,1** **suma cukrów prostych [g] 71,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-19 do dnia 2026-11-01 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-26 poniedziałek	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI OWSIANYMI I (mleko 2%, płatki owsiane) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 937** **Białko ogółem [g] 96,1** **Tłuszcz [g] 88,3** **Węglowodany ogółem [g] 209,6** **Sód [mg] 562,6** **Błonnik pokarmowy [g] 21,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,7** **suma cukrów prostych [g] 43,1**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA B/MLEKA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (***GLUTEN***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	**Energia [kcal] 2 089,6** **Białko ogółem [g] 100,3** **Tłuszcz [g] 40,2** **Węglowodany ogółem [g] 351** **Sód [mg] 2 697,7** **Błonnik pokarmowy [g] 26,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,7** **suma cukrów prostych [g] 63**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, płatki owsiane, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	**Energia [kcal] 1 803,7** **Białko ogółem [g] 100,1** **Tłuszcz [g] 87,1** **Węglowodany ogółem [g] 178,4** **Sód [mg] 574** **Błonnik pokarmowy [g] 24,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,8** **suma cukrów prostych [g] 13,9**
2026-10-27 wtorek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (***MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 80 g (***RYBA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) 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***) 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 SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda) 200 g (***SELER, GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (***MLEKO***) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 132** **Białko ogółem [g] 83,9** **Tłuszcz [g] 66,7** **Węglowodany ogółem [g] 314** **Sód [mg] 3 361,9** **Błonnik pokarmowy [g] 32,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,3** **suma cukrów prostych [g] 52,3**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 70 g (***RYBA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) 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***) MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (***MLEKO***) KETCHUP 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 092,2** **Białko ogółem [g] 82,1** **Tłuszcz [g] 48,4** **Węglowodany ogółem [g] 353** **Sód [mg] 2 510,8** **Błonnik pokarmowy [g] 30,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,7** **suma cukrów prostych [g] 71,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-27 wtorek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 80 g (***RYBA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) 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 WIELOWARZYWNA b/cukru (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda,ksylitol) 200 g (***SELER, GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 50 g (***MLEKO***) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 999,7** **Białko ogółem [g] 81,7** **Tłuszcz [g] 64,9** **Węglowodany ogółem [g] 288,4** **Sód [mg] 2 873,7** **Błonnik pokarmowy [g] 38,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,1** **suma cukrów prostych [g] 38,1**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 120 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 100 g (***RYBA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, brokuł, marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, 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***) MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 120 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 965,2** **Białko ogółem [g] 92,1** **Tłuszcz [g] 49,1** **Węglowodany ogółem [g] 312,9** **Sód [mg] 2 289** **Błonnik pokarmowy [g] 31,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,9** **suma cukrów prostych [g] 27,8**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ANGIELKA 120 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 80 g (***RYBA***) SAŁATA LODOWA 10 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, brokuł, marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, 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) 100 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	POMIDOR 50 g ANGIELKA 120 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 30 g (***GLUTEN, SOJA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 908,6** **Białko ogółem [g] 82,8** **Tłuszcz [g] 41,3** **Węglowodany ogółem [g] 324,9** **Sód [mg] 2 045,7** **Błonnik pokarmowy [g] 31,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,7** **suma cukrów prostych [g] 45,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-19 do dnia 2026-11-01 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-27 wtorek	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 150 g (***RYBA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, brokuł, marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, 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***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 259,2** **Białko ogółem [g] 107** **Tłuszcz [g] 55** **Węglowodany ogółem [g] 360,5** **Sód [mg] 2 568,6** **Błonnik pokarmowy [g] 34,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29** **suma cukrów prostych [g] 57,1**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (płatki ryżowe, mleko) 500 ml (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	PAPKA ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, brokuł, włoszczyzna) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA MARCHWIOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 874,5** **Białko ogółem [g] 88,7** **Tłuszcz [g] 82,6** **Węglowodany ogółem [g] 216,9** **Sód [mg] 646** **Błonnik pokarmowy [g] 24** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5** **suma cukrów prostych [g] 52,5**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA B/MLEKA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (***GLUTEN***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	**Energia [kcal] 2 023,9** **Białko ogółem [g] 90,4** **Tłuszcz [g] 43,6** **Węglowodany ogółem [g] 336,6** **Sód [mg] 2 546,9** **Błonnik pokarmowy [g] 26,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,9** **suma cukrów prostych [g] 47,2**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA PŁATKI RYŻOWE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka wp., marchew, seler, pietruszka, płatki ryżowe) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, brokuł, włoszczyzna) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA MARCHWIOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	**Energia [kcal] 1 863,8** **Białko ogółem [g] 100,1** **Tłuszcz [g] 85,2** **Węglowodany ogółem [g] 200,5** **Sód [mg] 616,1** **Błonnik pokarmowy [g] 28** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,6** **suma cukrów prostych [g] 35,3**
2026-10-28 środa	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (***MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g RUKOLA 2 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI drobnotarta (marchew, olej rzepakowy, cukier, sok z cytryny) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g MIX SAŁAT (rukola, roszponka, szpinak baby) 10 g	ŚLIWKI 3 szt	**Energia [kcal] 2 243,2** **Białko ogółem [g] 89,2** **Tłuszcz [g] 73,5** **Węglowodany ogółem [g] 303,2** **Sód [mg] 3 033,7** **Błonnik pokarmowy [g] 41,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,1** **suma cukrów prostych [g] 42,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-28 środa	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***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) MIÓD 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 378,3** **Białko ogółem [g] 92,2** **Tłuszcz [g] 70,1** **Węglowodany ogółem [g] 340,9** **Sód [mg] 3 337,2** **Błonnik pokarmowy [g] 28,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30** **suma cukrów prostych [g] 40,2**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt RUKOLA 2 g	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI b/c drobnotarta (marchew, olej rzepakowy, sok z cytryny, ksylitol) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g HERBATA (250ml) 1 szt MIX SAŁAT (rukola, roszponka, szpinak baby) 10 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM***)	**Energia [kcal] 2 320,1** **Białko ogółem [g] 97,1** **Tłuszcz [g] 83,4** **Węglowodany ogółem [g] 289,1** **Sód [mg] 3 513,5** **Błonnik pokarmowy [g] 44,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,7** **suma cukrów prostych [g] 21,4**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 100 g (***SOJA, GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt SZPINAK BABY 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) MIX SAŁAT (rukola, roszponka, szpinak baby) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 121,7** **Białko ogółem [g] 91,9** **Tłuszcz [g] 68,5** **Węglowodany ogółem [g] 281,9** **Sód [mg] 3 512,7** **Błonnik pokarmowy [g] 25,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,5** **suma cukrów prostych [g] 22,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-28 środa	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 BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SELER, GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt SZPINAK BABY 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g MIX SAŁAT (rukola, roszponka, szpinak baby) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 265,6** **Białko ogółem [g] 91,5** **Tłuszcz [g] 66,8** **Węglowodany ogółem [g] 321,7** **Sód [mg] 3 038** **Błonnik pokarmowy [g] 29,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5** **suma cukrów prostych [g] 38,6**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) SZPINAK BABY 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 100 g MIX SAŁAT (rukola, roszponka, szpinak baby) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	ŚLIWKI 3 szt	**Energia [kcal] 2 176,9** **Białko ogółem [g] 92,4** **Tłuszcz [g] 64,2** **Węglowodany ogółem [g] 308,2** **Sód [mg] 2 839,8** **Błonnik pokarmowy [g] 31,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,2** **suma cukrów prostych [g] 45,1**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 500 ml (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	PAPKA ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczy, kon. pomidorowy, mąka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 864,1** **Białko ogółem [g] 84,8** **Tłuszcz [g] 79,1** **Węglowodany ogółem [g] 215** **Sód [mg] 643,3** **Błonnik pokarmowy [g] 18,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,9** **suma cukrów prostych [g] 46,9**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (***SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (***GLUTEN***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 100 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	**Energia [kcal] 1 994,9** **Białko ogółem [g] 101,7** **Tłuszcz [g] 48** **Węglowodany ogółem [g] 310,2** **Sód [mg] 3 544,3** **Błonnik pokarmowy [g] 26,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,4** **suma cukrów prostych [g] 45,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-28 środa	Dieta papkowata (D11)	PAPKA KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, kasza kukurydziana, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczy, kon. pomidorowy, mąka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 861,3** **Białko ogółem [g] 95,1** **Tłuszcz [g] 79,3** **Węglowodany ogółem [g] 209,6** **Sód [mg] 613,4** **Błonnik pokarmowy [g] 22,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,1** **suma cukrów prostych [g] 42,1**
2026-10-29 czwartek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) MARMOLADA 30 g SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAPUSTY (ziemniaki,kapusta biała,kiełbasa wp.,marchew,seler,pietruszka,przecier pomidorowy) 400 ml (***GLUTEN, SOJA, SELER***) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 120 g (***GLUTEN, SELER***) RYŻ WIELOZIARNSTY GOTOWANY (ryż brazowy, ryż biały) 200 g SURÓWKA COLESLAW (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, cukier) 200 g (***JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) 50 g (***GLUTEN, SOJA, SELER***) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 30 g (***SOJA, SELER***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 274,1** **Białko ogółem [g] 86,5** **Tłuszcz [g] 83,6** **Węglowodany ogółem [g] 308,3** **Sód [mg] 3 923,7** **Błonnik pokarmowy [g] 33** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,3** **suma cukrów prostych [g] 58**
	Jan_dieta latwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) MARMOLADA 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM (145g) 1 szt		ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 120 g (***GLUTEN, SELER***) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) DUBOIS NIE KROIĆ 50 g (***GLUTEN, SOJA, SELER***) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 30 g (***SOJA, SELER***) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 100 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 355** **Białko ogółem [g] 82,4** **Tłuszcz [g] 66,7** **Węglowodany ogółem [g] 369,7** **Sód [mg] 2 749,8** **Błonnik pokarmowy [g] 33,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,8** **suma cukrów prostych [g] 81,9**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SER TOPIONY 17,5g 1 szt (***MLEKO***) SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	ZUPA KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAPUSTY (ziemniaki,kapusta biała,kiełbasa wp.,marchew,seler,pietruszka,przecier pomidorowy) 400 ml (***GLUTEN, SOJA, SELER***) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 120 g (***GLUTEN, SELER***) RYŻ WIELOZIARNSTY GOTOWANY (ryż brazowy, ryż biały) 200 g SURÓWKA COLESLAW B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, ksylitol) 200 g (***JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) 50 g (***GLUTEN, SOJA, SELER***) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 30 g (***SOJA, SELER***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 196** **Białko ogółem [g] 84,2** **Tłuszcz [g] 85,9** **Węglowodany ogółem [g] 285,4** **Sód [mg] 3 979,7** **Błonnik pokarmowy [g] 37,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,9** **suma cukrów prostych [g] 20,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-29 czwartek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) KIEŁKI 4 g RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 150 g (***GLUTEN, SELER***) RYŻ WIELOZIARNSTY GOTOWANY (ryż brazowy, ryż biały) 200 g SAŁATA Z MAŚLANKĄ 50/50g 1 Por (***MLEKO***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) 50 g (***GLUTEN, SOJA, SELER***) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 30 g (***SOJA, SELER***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 052,2** **Białko ogółem [g] 81,9** **Tłuszcz [g] 70,5** **Węglowodany ogółem [g] 284,8** **Sód [mg] 2 979,2** **Błonnik pokarmowy [g] 19,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,3** **suma cukrów prostych [g] 21,3**
	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) MARMOLADA 50 g KIEŁKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM (145g) 1 szt		ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 g (***GLUTEN***) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 80 g (***SOJA, SELER***) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 100 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 302,7** **Białko ogółem [g] 88** **Tłuszcz [g] 60,5** **Węglowodany ogółem [g] 365,4** **Sód [mg] 2 817,7** **Błonnik pokarmowy [g] 31,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,5** **suma cukrów prostych [g] 80,5**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) KIEŁKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	MUS OWOCOWY (100g) 1 szt	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (***GLUTEN***) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) 100 g (***GLUTEN, SOJA, SELER***) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 30 g (***SOJA, SELER***) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 100 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 377,7** **Białko ogółem [g] 103,1** **Tłuszcz [g] 78,9** **Węglowodany ogółem [g] 324,9** **Sód [mg] 3 329,1** **Błonnik pokarmowy [g] 31,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33** **suma cukrów prostych [g] 57,2**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS OWOCOWY (100g) 1 szt	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 920,5** **Białko ogółem [g] 95,6** **Tłuszcz [g] 89,6** **Węglowodany ogółem [g] 198,5** **Sód [mg] 587,2** **Błonnik pokarmowy [g] 21** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29** **suma cukrów prostych [g] 49,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-19 do dnia 2026-11-01 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-29 czwartek	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) 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 FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 100 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	**Energia [kcal] 2 036,8** **Białko ogółem [g] 102,3** **Tłuszcz [g] 45,2** **Węglowodany ogółem [g] 315,2** **Sód [mg] 3 359,2** **Błonnik pokarmowy [g] 25,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,4** **suma cukrów prostych [g] 47,5**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS Z GRUSZKI 150 g	**Energia [kcal] 1 919** **Białko ogółem [g] 98,1** **Tłuszcz [g] 82** **Węglowodany ogółem [g] 223,2** **Sód [mg] 557,9** **Błonnik pokarmowy [g] 30,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,3** **suma cukrów prostych [g] 22**
2026-10-30 piątek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (***JAJA, GORCZYCA***) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morszczuka,jaja,mąka,bułka tarta) 80 g (***GLUTEN, JAJA, RYBA***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona pietruszka) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	JABŁKO (120g) 1 szt CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (***MLEKO***) POMIDOR 60 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g	CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 100 g	**Energia [kcal] 2 188,4** **Białko ogółem [g] 90,5** **Tłuszcz [g] 77,8** **Węglowodany ogółem [g] 306,1** **Sód [mg] 2 747,9** **Błonnik pokarmowy [g] 48,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,2** **suma cukrów prostych [g] 29,8**
	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***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) 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***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (***MLEKO***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 021,1** **Białko ogółem [g] 78,5** **Tłuszcz [g] 46,1** **Węglowodany ogółem [g] 348,3** **Sód [mg] 2 099,1** **Błonnik pokarmowy [g] 32,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,6** **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***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (***JAJA, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona, pietruszka, ksylitol) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (***MLEKO***) POMIDOR 60 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g	CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 100 g	**Energia [kcal] 2 152,3** **Białko ogółem [g] 91,1** **Tłuszcz [g] 78,4** **Węglowodany ogółem [g] 292,5** **Sód [mg] 2 550,5** **Błonnik pokarmowy [g] 50,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,6** **suma cukrów prostych [g] 19,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-30 piątek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (***JAJA, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (***MLEKO***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g POMIDOR 60 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 1 912,3** **Białko ogółem [g] 79,1** **Tłuszcz [g] 52,4** **Węglowodany ogółem [g] 300,4** **Sód [mg] 1 720,9** **Błonnik pokarmowy [g] 27,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,4** **suma cukrów prostych [g] 44,3**
	Jan_dieta latwostrawna 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 POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (***MLEKO***) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 1 974,5** **Białko ogółem [g] 83** **Tłuszcz [g] 41,8** **Węglowodany ogółem [g] 342,2** **Sód [mg] 1 847,6** **Błonnik pokarmowy [g] 33,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 15,3** **suma cukrów prostych [g] 70,2**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 150 g (***JAJA, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 150 g (***RYBA***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (***MLEKO***) MIÓD 25g 1 szt SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 247,1** **Białko ogółem [g] 112,5** **Tłuszcz [g] 71,4** **Węglowodany ogółem [g] 311,9** **Sód [mg] 2 189,8** **Błonnik pokarmowy [g] 29,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,1** **suma cukrów prostych [g] 45**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza jęczmienna, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK WIEJSKI (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 896,9** **Białko ogółem [g] 95,2** **Tłuszcz [g] 88,7** **Węglowodany ogółem [g] 199,9** **Sód [mg] 1 330,3** **Błonnik pokarmowy [g] 21,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,5** **suma cukrów prostych [g] 26,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-30 piątek	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA B/MLEKA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***)	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g	**Energia [kcal] 1 895** **Białko ogółem [g] 91,5** **Tłuszcz [g] 32,4** **Węglowodany ogółem [g] 325,4** **Sód [mg] 2 562,5** **Błonnik pokarmowy [g] 23,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 12,2** **suma cukrów prostych [g] 52,1**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, płatki jęczmienne, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, kasza jęczmienna, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 979,6** **Białko ogółem [g] 102,4** **Tłuszcz [g] 88,1** **Węglowodany ogółem [g] 219,2** **Sód [mg] 1 022,4** **Błonnik pokarmowy [g] 26,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5** **suma cukrów prostych [g] 42,1**
2026-10-31 sobota	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (***MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) STEK WP. Z CEBULKĄ PIECZONY (łopatka wp., cebula, mąka pszenna) 100 g (***JAJA***) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA b/cukru (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (***MLEKO***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 155** **Białko ogółem [g] 84,8** **Tłuszcz [g] 70,9** **Węglowodany ogółem [g] 310,2** **Sód [mg] 2 879** **Błonnik pokarmowy [g] 34,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,3** **suma cukrów prostych [g] 37,1**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, przecier pomidorowy) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 089,2** **Białko ogółem [g] 86,9** **Tłuszcz [g] 50,3** **Węglowodany ogółem [g] 332,8** **Sód [mg] 3 167,1** **Błonnik pokarmowy [g] 29** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,2** **suma cukrów prostych [g] 42**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SEZAM***)	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) STEK WP. Z CEBULKĄ PIECZONY (łopatka wp., cebula, mąka pszenna) 100 g (***JAJA***) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (***MLEKO***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 136,5** **Białko ogółem [g] 90,3** **Tłuszcz [g] 77,2** **Węglowodany ogółem [g] 281,3** **Sód [mg] 3 772,8** **Błonnik pokarmowy [g] 38,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,5** **suma cukrów prostych [g] 20**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-31 sobota	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER***)	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, przecier pomidorowy) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 986,5** **Białko ogółem [g] 88,6** **Tłuszcz [g] 51,5** **Węglowodany ogółem [g] 304,1** **Sód [mg] 3 703,6** **Błonnik pokarmowy [g] 26,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,7** **suma cukrów prostych [g] 23,4**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 g (***GLUTEN***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 026,4** **Białko ogółem [g] 87,7** **Tłuszcz [g] 47** **Węglowodany ogółem [g] 323,8** **Sód [mg] 3 142** **Błonnik pokarmowy [g] 28,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,5** **suma cukrów prostych [g] 41,7**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER***)	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, przecier pomidorowy) 150 g (***GLUTEN, JAJA***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 100 g (***SOJA, MLEKO, SELER***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 328,4** **Białko ogółem [g] 108,5** **Tłuszcz [g] 60,7** **Węglowodany ogółem [g] 349,2** **Sód [mg] 3 867,1** **Błonnik pokarmowy [g] 27,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31** **suma cukrów prostych [g] 38,7**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z RYŻEM BIAŁYM (ryż, mleko) 500 ml (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS VEGE (100g) 1 szt (***GLUTEN***)	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 902,6** **Białko ogółem [g] 94,8** **Tłuszcz [g] 86,5** **Węglowodany ogółem [g] 202,5** **Sód [mg] 595,4** **Błonnik pokarmowy [g] 19,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,1** **suma cukrów prostych [g] 55,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-31 sobota	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***)	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA B/MLEKA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***)	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	**Energia [kcal] 1 960,6** **Białko ogółem [g] 89,8** **Tłuszcz [g] 40,4** **Węglowodany ogółem [g] 326,6** **Sód [mg] 2 522,6** **Błonnik pokarmowy [g] 24,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17** **suma cukrów prostych [g] 42,6**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	**Energia [kcal] 1 898,9** **Białko ogółem [g] 98,4** **Tłuszcz [g] 84,2** **Węglowodany ogółem [g] 212,1** **Sód [mg] 577,7** **Błonnik pokarmowy [g] 26,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,3** **suma cukrów prostych [g] 34,7**
2026-11-01 niedziela	Jan_dieta podstawowa (D01)	CHAŁKA 100G 0,2 szt (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SEREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 100 g (***MLEKO***) KREM ORZECHOWO-KAKAOWY 20G 1 szt (***MLEKO***) ŚLIWKI 3 szt KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa)I 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 230,3** **Białko ogółem [g] 90,8** **Tłuszcz [g] 60,2** **Węglowodany ogółem [g] 327,6** **Sód [mg] 2 269,2** **Błonnik pokarmowy [g] 26,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,9** **suma cukrów prostych [g] 95,8**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	CHAŁKA 100G 0,2 szt (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SEREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 100 g (***MLEKO***) KREM ORZECHOWO-KAKAOWY 20G 1 szt (***MLEKO***) MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 100 g KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa)I 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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 Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 302,1** **Białko ogółem [g] 90,6** **Tłuszcz [g] 59,8** **Węglowodany ogółem [g] 349,2** **Sód [mg] 2 314,9** **Błonnik pokarmowy [g] 25** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,7** **suma cukrów prostych [g] 108,6**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, jabłko, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 018,5** **Białko ogółem [g] 95,1** **Tłuszcz [g] 65,9** **Węglowodany ogółem [g] 257** **Sód [mg] 4 008,3** **Błonnik pokarmowy [g] 33,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,3** **suma cukrów prostych [g] 31,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-01 niedziela	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) 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 Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 952,7** **Białko ogółem [g] 96,8** **Tłuszcz [g] 50,6** **Węglowodany ogółem [g] 275,8** **Sód [mg] 3 741,1** **Błonnik pokarmowy [g] 24,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,3** **suma cukrów prostych [g] 38,6**
	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 100 g KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa)I 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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 Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 984,6** **Białko ogółem [g] 91,8** **Tłuszcz [g] 47,7** **Węglowodany ogółem [g] 294,9** **Sód [mg] 3 392,8** **Błonnik pokarmowy [g] 24,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,5** **suma cukrów prostych [g] 60,3**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	CHAŁKA 100G 0,2 szt (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SEREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 100 g (***MLEKO***) KREM ORZECHOWO-KAKAOWY 20G 1 szt (***MLEKO***) KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa)I 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 100 g	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 150 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 316,4** **Białko ogółem [g] 98,9** **Tłuszcz [g] 66,5** **Węglowodany ogółem [g] 324,8** **Sód [mg] 2 475,4** **Błonnik pokarmowy [g] 24,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,4** **suma cukrów prostych [g] 95,6**
	Jan_plynna wzmocniona (D12)	PAPKA PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZYNOWYM (płatki jęczmienne, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 150 g	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 964,2** **Białko ogółem [g] 75,5** **Tłuszcz [g] 92,3** **Węglowodany ogółem [g] 235,3** **Sód [mg] 894,4** **Błonnik pokarmowy [g] 24,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,1** **suma cukrów prostych [g] 44,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-01 niedziela	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) WĘDLINA DROBIOWA 100 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***)	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA B/MLEKA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) MIĘSO MIELONE Z ĆWIARTKI Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (***GLUTEN***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 150 g (***GLUTEN***) HERBATA (250ml) 1 szt	MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	**Energia [kcal] 2 043,7** **Białko ogółem [g] 89,6** **Tłuszcz [g] 48,8** **Węglowodany ogółem [g] 329,3** **Sód [mg] 3 490,9** **Błonnik pokarmowy [g] 22,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,3** **suma cukrów prostych [g] 58,3**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZYNOWYM (płatki jęczmienne, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 200 g	**Energia [kcal] 1 809** **Białko ogółem [g] 64,9** **Tłuszcz [g] 85,8** **Węglowodany ogółem [g] 222** **Sód [mg] 861,4** **Błonnik pokarmowy [g] 25,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,9** **suma cukrów prostych [g] 27,3**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone