

		D01 dieta podstawowa	D02 dieta łatwostrawna	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	C01 dieta położnicza podstawowa
2026-04-21 wtorek	Śniadanie	kasza jaglana na mleku 220 ml ( <b>MLE,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kielbasa szynkowa z bobrownik 50 g Serek Almette 30 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ogórek świeży 1 porcja 80 g herbata 200 ml	kasza jaglana na mleku 220 ml ( <b>MLE,</b> ) chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <b>GLU,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kielbasa szynkowa z bobrownik 50 g Serek Almette 30 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	zupa z kaszą jaglaną 300 ml ( <b>SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kielbasa szynkowa z bobrownik 50 g Serek Almette 30 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ogórek świeży 1 porcja 80 g herbata 200 ml	kasza jaglana na mleku 220 ml ( <b>MLE,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kielbasa szynkowa z bobrownik 50 g Serek Almette 30 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ogórek świeży 1 porcja 80 g herbata 200 ml
	II ŚN	banan 200 g		koktajl truskawkowy na jogurcie 150 ml ( <b>MLE,</b> )	banan 200 g jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )
	Obiad	zupa ziemniaczana z majerankiem 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) rizotto mięsne z cukinią i papryką, podstawowe (M) 300 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) sos pomidorowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) surówka z kapusty pekińskiej ze słonecznikiem i oliwą 140 g kompot owocowy 200 ml	zupa ziemniaczana z majerankiem 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) rizotto mięsne dieta (M) 300 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) sos pomidorowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) dynia duszona 120 g kompot owocowy 200 ml	zupa ziemniaczana z majerankiem 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) rizotto mięsne z cukinią i papryką, podstawowe (M) 300 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) sos pomidorowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) surówka z kapusty pekińskiej ze słonecznikiem i oliwą 140 g kompot owocowy 200 ml	
	PD			grejfrut 180 g	
	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z oliwą 100 g herbata 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <b>GLU,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z oliwą 100 g herbata 200 ml	
	PN	talatki orkiszowe 15g 1 szt ( <b>GLU,</b> )		chleb graham 2 kromki 60 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) herbata 200 ml	talatki orkiszowe 15g 1 szt ( <b>GLU,</b> )
		: 2011.07 kcal; : 80.42 g; : 64.55 g; : 303.51 g; : 25.40 g; : 3830.35 mg; : 28.38 g; : 67.37 g;		: 2130.12 kcal; : 83.72 g; : 62.18 g; : 303.64 g; : 25.59 g; : 3215.95 mg; : 27.69 g; : 65.64 g;	
			: 2098.07 kcal; : 87.17 g; : 66.80 g; : 313.41 g; : 25.40 g; : 3922.35 mg; : 29.73 g; : 67.37 g;		



		D01 dieta podstawowa	D02 dieta łatwostrawna	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	C01 dieta położnicza podstawowa
2026-04-23 czwartek	Śniadanie	płatki kukurydziane na mleku 220 ml ( <b>OZI, MLE, ORZ,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ser żółty 50 g ( <b>MLE,</b> ) jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	płatki kukurydziane na mleku 220 ml ( <b>OZI, MLE, ORZ,</b> ) chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <b>GLU,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ser żółty 50 g ( <b>MLE,</b> ) jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	zupa z płatkami jęczmiennymi 300 ml ( <b>GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ser żółty 50 g ( <b>MLE,</b> ) jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	płatki kukurydziane na mleku 220 ml ( <b>OZI, MLE, ORZ,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ser żółty 50 g ( <b>MLE,</b> ) jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml
	II SN	pomarańcz 150 g	jabłka deserowe 180 g		pomarańcz 150 g
	Obiad	żurek z ziemniakami 300 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) Sos meksykański z fasolą, kukurydzą i kurczakiem 120 g kasza jęczmienna (2 gałki) 130 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) surówka z kapusty włoskiej z koperkiem 120 g kompot owocowy 200 ml	żurek z ziemniakami 300 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) gulasz drobiowy 120 g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) kasza jęczmienna (2 gałki) 130 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) jarzyna duszona 120 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) kompot owocowy 200 ml	żurek z ziemniakami 300 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) Sos meksykański z fasolą, kukurydzą i kurczakiem 120 g kasza jęczmienna (2 gałki) 130 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) surówka z kapusty włoskiej z koperkiem 120 g kompot owocowy 200 ml	
	PD			jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	
	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) paprykarz rybny 80 g ( <b>GLU, RYB, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) ser topiony 25g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ogórek kiszony 1 porcja 50 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata z cukrem 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <b>GLU,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) paprykarz rybny 80 g ( <b>GLU, RYB, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) ser topiony 25g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata z cukrem 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) paprykarz rybny 80 g ( <b>GLU, RYB, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) ser topiony 25g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ogórek kiszony 1 porcja 50 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) paprykarz rybny 80 g ( <b>GLU, RYB, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) ser topiony 25g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ogórek kiszony 1 porcja 50 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata z cukrem 200 ml
	PN	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )		chleb graham 2 kromki 60 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) herbata 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )
		: 2190.84 kcal; : 101.43 g; : 71.19 g; : 304.70 g; : 35.77 g; : 3873.57 mg; : 33.66 g; : 53.49 g;	: 2361.65 kcal; : 102.67 g; : 73.61 g; : 310.50 g; : 38.12 g; : 4360.97 mg; : 35.70 g; : 52.60 g;	: 2249.00 kcal; : 98.62 g; : 77.55 g; : 315.41 g; : 41.91 g; : 3809.87 mg; : 36.94 g; : 39.40 g;	: 2190.84 kcal; : 101.43 g; : 71.19 g; : 304.70 g; : 35.77 g; : 3873.57 mg; : 33.66 g; : 53.49 g;



		D01 dieta podstawowa	D02 dieta łatwostrawna	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	C01 dieta położnicza podstawowa	
2026-04-25 sobota	Śniadanie	makaron drobny na mleku 220 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) bułka maślana 90g 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) dżem 2 szt 50 g serek kiri kiri 17 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kiwi 60 g herbata 200 ml		zupa z makaronem drobnym 300 ml ( <b>GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kiełbasa szynkowa z bobrownik 50 g serek kiri kiri 17 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	makaron drobny na mleku 220 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) bułka maślana 90g 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) dżem 2 szt 50 g serek kiri kiri 17 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kiwi 60 g herbata 200 ml	
	II ŚN	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )				
	Obiad	krupnik z kaszą jęczmienną podstawowa 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) udko pieczone 150 g ( <b>SOJ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml	krupnik z kaszą jęczmienną diety (SW) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) udko pieczone 150 g ( <b>SOJ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml	krupnik z kaszą jęczmienną podstawowa 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) udko pieczone 150 g ( <b>SOJ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml		
	PD			jabłka deserowe 180 g		
	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) udziec indyczy w galarecie 70 g ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b> ) ser topiony 25g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) papryka 1 porcja 50 g ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata z cukrem 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) udziec indyczy w galarecie 70 g ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b> ) ser topiony 25g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g sok warzywny 1 szt herbata z cukrem 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) udziec indyczy w galarecie 70 g ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b> ) ser topiony 25g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) papryka 1 porcja 50 g ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) udziec indyczy w galarecie 70 g ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b> ) ser topiony 25g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) papryka 1 porcja 50 g ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata z cukrem 200 ml	
	PN	jabłko suszone plastry 1 szt		chleb graham 2 kromki 60 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) herbata 200 ml	jabłko suszone plastry 1 szt	
		: 2005.89 kcal; : 85.15 g; : 73.13 g; : 259.19 g; : 25.53 g; : 2841.60 mg; : 29.38 g; : 59.70 g;	: 2044.37 kcal; : 86.28 g; : 73.58 g; : 270.83 g; : 29.69 g; : 3487.95 mg; : 29.49 g; : 68.80 g;	: 2073.56 kcal; : 95.28 g; : 78.41 g; : 272.39 g; : 31.77 g; : 3305.11 mg; : 32.29 g; : 36.70 g;	: 2005.89 kcal; : 85.15 g; : 73.13 g; : 259.19 g; : 25.53 g; : 2841.60 mg; : 29.38 g; : 59.70 g;	

		D01 dieta podstawowa	D02 dieta łatwostrawna	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	C01 dieta położnicza podstawowa	
2026-04-26 niedziela	Śniadanie	kasza jęczmienna na mleku 220 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Pasta śródziemnomorska 80 g ( <b>MLE,</b> ) ogórek świeży 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata z cukrem 200 ml	kasza jęczmienna na mleku 220 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <b>GLU,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ser biały śniadaniowy 100g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata z cukrem 200 ml	zupa z kaszą jęczmienną 300 ml ( <b>GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Pasta śródziemnomorska 80 g ( <b>MLE,</b> ) ogórek świeży 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	kasza jęczmienna na mleku 220 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Pasta śródziemnomorska 80 g ( <b>MLE,</b> ) ogórek świeży 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata z cukrem 200 ml	
	II ŚN	jabłka deserowe 180 g				
	Obiad	barszcz czerwony z jajkiem 300 ml ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) kotlet pożarski, pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <b>MLE,</b> ) marchewka gotowana 150 g ( <b>MLE,</b> ) kompot owocowy 200 ml	barszcz czerwony z jajkiem 300 ml ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) kotlet pożarski, pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) ziemniaki z wody 220 g marchewka gotowana 150 g ( <b>MLE,</b> ) kompot owocowy 200 ml	barszcz czerwony z jajkiem 300 ml ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) kotlet pożarski, pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) ziemniaki z wody 220 g marchewka gotowana 150 g ( <b>MLE,</b> ) kompot owocowy 200 ml	barszcz czerwony z jajkiem 300 ml ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) kotlet pożarski, pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <b>MLE,</b> ) marchewka gotowana 150 g ( <b>MLE,</b> ) kompot owocowy 200 ml	
	PD			jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )		
	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) szynka z kotła 50 g ser mozzarella 60 g 60 g ( <b>MLE,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <b>GLU,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) szynka z kotła 50 g ser mozzarella 60 g 60 g ( <b>MLE,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) szynka z kotła 50 g ser mozzarella 60 g 60 g ( <b>MLE,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml		
	PN	biszkopcy mamutki 1 szt ( <b>GLU, JAJ,</b> )		chleb graham 2 kromki 60 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) herbata 200 ml	biszkopcy mamutki 1 szt ( <b>GLU, JAJ,</b> )	
		: 2072.15 kcal; : 99.52 g; : 74.93 g; : 272.06 g; : 30.58 g; : 3965.31 mg; : 32.74 g; : 54.45 g;	: 2247.25 kcal; : 102.07 g; : 78.17 g; : 273.40 g; : 29.00 g; : 3741.04 mg; : 36.88 g; : 52.59 g;	: 2084.73 kcal; : 102.14 g; : 73.70 g; : 279.82 g; : 35.37 g; : 3939.12 mg; : 34.79 g; : 35.46 g;	: 2072.15 kcal; : 99.52 g; : 74.93 g; : 272.06 g; : 30.58 g; : 3965.31 mg; : 32.74 g; : 54.45 g;	

		D01 dieta podstawowa	D02 dieta łatwostrawna	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	C01 dieta położnicza podstawowa
2026-04-27 poniedziałek	Sniadanie	płatki jęczmienne na mleku 220 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) parówka 1 szt. + ketchup 1 szt. 80 g ( <b>SOJ, SEL,</b> ) Serek Almette 30 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ogórek kiszony 1 porcja 50 g papryka 1 porcja 50 g herbata 200 ml	płatki jęczmienne na mleku 220 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <b>GLU,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) parówka 1 szt. + ketchup 1 szt. 80 g ( <b>SOJ, SEL,</b> ) Serek Almette 30 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g mus owocowy 1 szt herbata 200 ml	zupa z płatkami jęczmiennymi 300 ml ( <b>GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) parówka 1 szt. + ketchup 1 szt. 80 g ( <b>SOJ, SEL,</b> ) Serek Almette 30 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ogórek kiszony 1 porcja 50 g papryka 1 porcja 50 g herbata 200 ml	płatki jęczmienne na mleku 220 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) parówka 1 szt. + ketchup 1 szt. 80 g ( <b>SOJ, SEL,</b> ) Serek Almette 30 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ogórek kiszony 1 porcja 50 g papryka 1 porcja 50 g herbata 200 ml
	II ŚN	mandarynka 60 g		jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	mandarynka 60 g skyr owocowy 330 ml 1 szt ( <b>MLE,</b> )
	Obiad	zupa ogórkowa z ziemniakami 300 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) filet drobiowy w sosie paprykowo-pomidorowym 150 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ryż (2 gałki) 130 g ( <b>MLE,</b> ) surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 120 g kompot owocowy 200 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami diety (SW) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) filet drobiowy gotowany 100 g sos koperkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ryż gotowany na sypko (2 gałki) 130 g jarzyna duszona 120 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) kompot owocowy 200 ml	zupa ogórkowa z ziemniakami 300 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) filet drobiowy w sosie paprykowo-pomidorowym 150 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ryż gotowany na sypko (2 gałki) 130 g surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 120 g kompot owocowy 200 ml	zupa ogórkowa z ziemniakami 300 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) filet drobiowy w sosie paprykowo-pomidorowym 150 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ryż (2 gałki) 130 g ( <b>MLE,</b> ) surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 120 g kompot owocowy 200 ml
	PD			jabłka deserowe 180 g	
	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ser żółty 50 g ( <b>MLE,</b> ) dżem 1/1 25 g 1 szt ogórek świeży 1 porcja 80 g herbata 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <b>GLU,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ser żółty 50 g ( <b>MLE,</b> ) dżem 1/1 25 g 1 szt pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ser żółty 50 g ( <b>MLE,</b> ) ogórek świeży 1 porcja 80 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ser żółty 50 g ( <b>MLE,</b> ) dżem 1/1 25 g 1 szt ogórek świeży 1 porcja 80 g herbata 200 ml
	PN	jabłka deserowe 180 g		chleb graham 2 kromki 60 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) herbata 200 ml	jabłka deserowe 180 g
		: 2052.70 kcal; : 83.11 g; : 78.64 g; : 277.31 g; : 26.07 g; : 4293.76 mg; : 39.37 g; : 61.72 g;	: 2254.91 kcal; : 89.38 g; : 76.89 g; : 297.36 g; : 29.70 g; : 4558.82 mg; : 38.64 g; : 58.20 g;	: 2157.46 kcal; : 87.46 g; : 82.36 g; : 295.95 g; : 29.56 g; : 4345.31 mg; : 42.86 g; : 38.34 g;	: 2310.10 kcal; : 104.56 g; : 83.59 g; : 308.66 g; : 26.07 g; : 4293.76 mg; : 39.37 g; : 61.72 g;

		D01 dieta podstawowa	D02 dieta łatwostrawna	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	C01 dieta położnicza podstawowa
2026-04-28 wtorek	Sniadanie	ryż na mleku 220 ml ( <u>MLE,</u> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) udziec indyczy w galarecie 70 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> ) serek kiri kiri 17 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) pomidor 1 porcja 80 g rzodkiewka 1 porcja 50 g herbata 200 ml	ryż na mleku 220 ml ( <u>MLE,</u> ) chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <u>GLU,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) udziec indyczy w galarecie 70 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> ) serek kiri kiri 17 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) pomidor 1 porcja 80 g jabłko suszone plastry 1 szt herbata 200 ml	zupa z ryżem 300 ml ( <u>SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) udziec indyczy w galarecie 70 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> ) serek kiri kiri 17 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) pomidor 1 porcja 80 g rzodkiewka 1 porcja 50 g herbata 200 ml	ryż na mleku 220 ml ( <u>MLE,</u> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) udziec indyczy w galarecie 70 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> ) serek kiri kiri 17 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) pomidor 1 porcja 80 g rzodkiewka 1 porcja 50 g herbata 200 ml
	II ŚN	pomarańcz 150 g		jabłka deserowe 180 g	pomarańcz 150 g
	Obiad	zupa jarzynowa z soczewicą podstawowa 300 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) naleśniki z serem i jabłkami 2 szt 250 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ,</u> ) jogurt owocowy 1 szt ( <u>MLE,</u> ) kompot owocowy 200 ml	zupa grysikowa 300 ml ( <u>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> ) naleśniki z serem i jabłkami 2 szt 250 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ,</u> ) jogurt owocowy 1 szt ( <u>MLE,</u> ) kompot owocowy 200 ml	zupa jarzynowa z soczewicą podstawowa 300 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) makaron z kurczakiem i cukinią (M) 250 g ( <u>GLU,</u> ) marchewka gotowana (PLASTRY) 150 g ( <u>MLE,</u> ) kompot owocowy 200 ml	zupa jarzynowa z soczewicą podstawowa 300 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) naleśniki z serem i jabłkami 2 szt 250 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ,</u> ) jogurt owocowy 1 szt ( <u>MLE,</u> ) kompot owocowy 200 ml
	PD			jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	
	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) jajko gotowane 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Sałatka z roszponki i pomidorów koktajlowych 50 g papryka 1 porcja 50 g herbata 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <u>GLU,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) jajko gotowane 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Sałatka z roszponki i pomidorów koktajlowych 50 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) jajko gotowane 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Sałatka z roszponki i pomidorów koktajlowych 50 g papryka 1 porcja 50 g herbata 200 ml	
	PN	talatki orkiszowe 15g 1 szt ( <u>GLU,</u> )		chleb graham 2 kromki 60 g ( <u>GLU, SEZ,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) herbata 200 ml	talatki orkiszowe 15g 1 szt ( <u>GLU,</u> )
		: 2179.68 kcal; : 98.35 g; : 66.35 g; : 322.26 g; : 25.05 g; : 1837.53 mg; : 26.82 g; : 73.01 g;	: 2331.38 kcal; : 94.47 g; : 64.93 g; : 333.59 g; : 22.44 g; : 1846.22 mg; : 27.05 g; : 70.22 g;	: 2087.06 kcal; : 91.23 g; : 66.44 g; : 314.10 g; : 35.13 g; : 2633.11 mg; : 27.10 g; : 39.25 g;	: 2179.68 kcal; : 98.35 g; : 66.35 g; : 322.26 g; : 25.05 g; : 1837.53 mg; : 26.82 g; : 73.01 g;

		D01 dieta podstawowa	D02 dieta łatwostrawna	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	C01 dieta położnicza podstawowa	
2026-04-29 środa	Śniadanie	tarte ciasto na mleku 220 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) bułka maślana 90g 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) jabłka deserowe 180 g kawa zbożowa 200 ml ( <b>GLU, MLE,</b> )		zupa z tartym ciastem 300 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ser biały śniadaniowy 100g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pomidor 1 porcja 50 g ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata 200 ml	tarte ciasto na mleku 220 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) bułka maślana 90g 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) jabłka deserowe 180 g kawa zbożowa 200 ml ( <b>GLU, MLE,</b> )	
	II ŚN	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )				
	Obiad	zupa pomidorowa z ryżem 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) schab pieczony w sosie własnym 120 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <b>MLE,</b> ) surówka Colesław 150 g kompot owocowy 200 ml	zupa pomidorowa z ryżem 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) schab pieczony w sosie własnym 120 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml	zupa pomidorowa z ryżem 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) schab pieczony w sosie własnym 120 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <b>MLE,</b> ) surówka Colesław 150 g kompot owocowy 200 ml		
	PD			jabłka deserowe 180 g		
	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kielbasa krakowska sucha 50 g sałatka jarzynowa z jogurtem 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b> ) Herbatniki BeBe 1 szt ( <b>GLU, MLE, SO2, może zawierać: OZI,</b> ) herbata 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <b>GLU,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kielbasa krakowska sucha 50 g sałatka jarzynowa z jogurtem 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b> ) Herbatniki BeBe 1 szt ( <b>GLU, MLE, SO2, może zawierać: OZI,</b> ) herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kielbasa krakowska sucha 50 g sałatka jarzynowa z jogurtem 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b> ) tałatki orkiszowe 15g 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kielbasa krakowska sucha 50 g sałatka jarzynowa z jogurtem 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b> ) Herbatniki BeBe 1 szt ( <b>GLU, MLE, SO2, może zawierać: OZI,</b> ) herbata 200 ml	
PN	kiwi 60 g		chleb graham 2 kromki 60 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) herbata 200 ml	kiwi 60 g		
		: 2221.49 kcal; : 96.62 g; : 73.30 g; : 311.04 g; : 26.58 g; : 2920.84 mg; : 33.84 g; : 69.08 g;	: 2274.10 kcal; : 98.85 g; : 70.19 g; : 312.00 g; : 25.02 g; : 2747.32 mg; : 33.59 g; : 73.56 g;	: 2078.17 kcal; : 89.11 g; : 71.96 g; : 300.61 g; : 31.08 g; : 3297.67 mg; : 33.58 g; : 36.21 g;	: 2221.49 kcal; : 96.62 g; : 73.30 g; : 311.04 g; : 26.58 g; : 2920.84 mg; : 33.84 g; : 69.08 g;	

		D01 dieta podstawowa	D02 dieta łatwostrawna	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	C01 dieta położnicza podstawowa
2026-04-30 czwartek	Śniadanie	płatki kukurydziane na mleku 220 ml ( <b>OZI, MLE, ORZ,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pasztet drobiowy, pieczony 80 g ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b> ) ogórek świeży 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	płatki kukurydziane na mleku 220 ml ( <b>OZI, MLE, ORZ,</b> ) chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <b>GLU,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pasztet drobiowy, pieczony 80 g ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	zupa z makaronem drobnym 300 ml ( <b>GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pasztet drobiowy, pieczony 80 g ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b> ) ogórek świeży 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	płatki kukurydziane na mleku 220 ml ( <b>OZI, MLE, ORZ,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pasztet drobiowy, pieczony 80 g ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b> ) ogórek świeży 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml
	II ŚN	banan 200 g		jablka deserowe 180 g	banan 200 g
	Obiad	kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami i chlebem (2 kromki) 300 ml ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) makaron z sosem bolońskim 250 g ( <b>GLU,</b> ) kalefior gotowany 150 g ( <b>MLE,</b> ) kompot owocowy 200 ml	Zupa krem z cukinii z grzankami (M) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) makaron z sosem bolońskim 250 g ( <b>GLU,</b> ) kalefior gotowany 150 g ( <b>MLE,</b> ) kompot owocowy 200 ml	kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami i chlebem (2 kromki) 300 ml ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) makaron z sosem bolońskim 250 g ( <b>GLU,</b> ) kalefior gotowany 150 g ( <b>MLE,</b> ) kompot owocowy 200 ml	Zupa krem z cukinii z grzankami (M) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) makaron z sosem bolońskim 250 g ( <b>GLU,</b> ) kalefior gotowany 150 g ( <b>MLE,</b> ) kompot owocowy 200 ml
	PD			jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	
	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pasta z twarogu i szprota w pomidorach 80 g ( <b>RYB, MLE,</b> ) papryka 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <b>GLU,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) jablko pieczone 200 g mus owocowy 1 szt herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pasta z twarogu i szprota w pomidorach 80 g ( <b>RYB, MLE,</b> ) papryka 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) jablko pieczone 200 g mus owocowy 1 szt herbata 200 ml
	PN	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )		chleb graham 2 kromki 60 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) herbata 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )
		: 2050.06 kcal; : 96.04 g; : 51.41 g; : 328.62 g; : 28.34 g; : 3355.78 mg; : 22.66 g; : 66.10 g;	: 2382.61 kcal; : 95.87 g; : 52.84 g; : 374.79 g; : 31.63 g; : 2713.52 mg; : 26.26 g; : 79.88 g;	: 2020.96 kcal; : 92.84 g; : 56.85 g; : 318.22 g; : 31.46 g; : 3094.65 mg; : 25.58 g; : 36.34 g;	: 2231.12 kcal; : 91.54 g; : 53.67 g; : 371.55 g; : 32.04 g; : 2726.36 mg; : 25.96 g; : 78.59 g;

### **Oznaczenia alergenów:**

- GLU* - Zboża zawierające gluten,
- SKR* - Skorupiaki i pochodne,
- JAJ* - Jaja i pochodne,
- RYB* - Ryby i pochodne,
- OZI* - Orzeszki ziemne i pochodne,
- SOJ* - Soja i pochodne,
- MLE* - Mleko i pochodne,
- ORZ* - Orzechy,
- SEL* - Seler i pochodne,
- GOR* - Gorczyca i pochodne,
- SEZ* - Nasiona sezamu i pochodne,
- SO2* - Dwutlenek siarki, siarczyny,
- ŁUB* - Łubin i pochodne,
- MCK* - Mięczaki i pochodne,

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

- Wartość energetyczna[kcal],
- Białko ogółem,
- Tłuszcz,
- Węglowodany ogółem,
- Sód,
- Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
- Błonnik pokarmowy,
- suma cukrów prostych,