

		D01 dieta podstawowa	D02 dieta łatwostrawna	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	C01 dieta położnicza podstawowa
2026-05-01 piątek	Śniadanie	makaron drobny na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) jajko gotowane 1 szt (JAJ,) ser topiony 25g 1 szt (MLE,) ogórek kiszony 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata z cukrem 200 ml	makaron drobny na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) jajko gotowane 1 szt (JAJ,) ser topiony 25g 1 szt (MLE,) pomidor 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml	zupa z makaronem drobnym 300 ml (GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) jajko gotowane 1 szt (JAJ,) ser topiony 25g 1 szt (MLE,) ogórek kiszony 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata 200 ml	makaron drobny na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) jajko gotowane 1 szt (JAJ,) ser topiony 25g 1 szt (MLE,) ogórek kiszony 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata z cukrem 200 ml
	II ŚN	mandarynka 60 g		jabłka deserowe 180 g	mandarynka 60 g skyr owocowy 330 ml 1 szt (MLE,)
	Obiad	krupnik z kaszą jęczmienną podstawowa 300 ml (GLU, MLE, SEL,) ryba panierowana, pieczona 100 g (GLU, JAJ, RYB,) ziemniaki gotowane 220 g (MLE,) kapusta kiszona gotowana 150 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,) kompot owocowy 200 ml	krupnik z kaszą jęczmienną diety (SW) 300 ml (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) ryba panierowana, pieczona 100 g (GLU, JAJ, RYB,) ziemniaki gotowane 220 g (MLE,) marchewka gotowana 150 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml	krupnik z kaszą jęczmienną podstawowa 300 ml (GLU, MLE, SEL,) ryba panierowana, pieczona 100 g (GLU, JAJ, RYB,) ziemniaki z wody 220 g kapusta kiszona gotowana 150 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,) kompot owocowy 200 ml	krupnik z kaszą jęczmienną podstawowa 300 ml (GLU, MLE, SEL,) ryba panierowana, pieczona 100 g (GLU, JAJ, RYB,) ziemniaki gotowane 220 g (MLE,) marchewka gotowana 150 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml
	PD			jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	
	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) ser żółty 50 g (MLE,) dżem 1/1 25 g 1 szt ogórek świeży 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) ser żółty 50 g (MLE,) dżem 1/1 25 g 1 szt pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) ser żółty 50 g (MLE,) ogórek świeży 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) ser żółty 50 g (MLE,) dżem 1/1 25 g 1 szt ogórek świeży 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml
	PN	soczek 1 szt		chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) herbata 200 ml	soczek 1 szt
		: 1931.07 kcal; : 77.52 g; : 74.81 g; : 257.30 g; : 25.48 g; : 3584.92 mg; : 33.34 g; : 58.67 g;	: 2098.09 kcal; : 80.55 g; : 73.94 g; : 270.00 g; : 28.73 g; : 3573.43 mg; : 33.60 g; : 69.38 g;	: 1965.32 kcal; : 82.40 g; : 74.83 g; : 267.05 g; : 31.54 g; : 3753.94 mg; : 35.78 g; : 24.14 g;	: 2215.03 kcal; : 98.82 g; : 79.74 g; : 297.03 g; : 28.01 g; : 3521.48 mg; : 33.33 g; : 66.17 g;

		D01 dieta podstawowa	D02 dieta łatwostrawna	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	C01 dieta położnicza podstawowa	
2026-05-02 sobota	Śniadanie	kasza jaglana na mleku 220 ml (MLE,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) kiełbasa szynkowa z bobrownik 50 g pomidor 1 porcja 80 g rzodkiewka 1 szt herbata 200 ml	kasza jaglana na mleku 220 ml (MLE,) chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) kiełbasa szynkowa z bobrownik 50 g pomidor 1 porcja 80 g Herbatniki BeBe 1 szt (GLU, MLE, SO2, może zawierać: OZI,) herbata 200 ml	zupa z kaszą jaglaną 300 ml (SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) kiełbasa szynkowa z bobrownik 50 g pomidor 1 porcja 80 g rzodkiewka 1 szt herbata 200 ml	kasza jaglana na mleku 220 ml (MLE,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) kiełbasa szynkowa z bobrownik 50 g pomidor 1 porcja 80 g rzodkiewka 1 szt herbata 200 ml	
	II SN	jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)				
	Obiad	żurek z ziemniakami 300 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) filet z indyka duszony w sosie własnym 120 g (GLU, MLE,) kasza gryczana gotowana na sypko (2 gałki) 140 g brokuł gotowany 150 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml	zupa krem z selera z jabłkiem z grzankami 300 ml (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) filet z indyka duszony w sosie własnym 120 g (GLU, MLE,) kasza jęczmienna gotowana na sypko (2 gałki) 130 g (GLU,) sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml	żurek z ziemniakami 300 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) filet z indyka duszony w sosie własnym 120 g (GLU, MLE,) kasza gryczana gotowana na sypko (2 gałki) 140 g brokuł gotowany 150 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml		
	PD			jabłka deserowe 180 g		
	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) paprykarz rybny 80 g (GLU, RYB, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,) serek kiri kiri 17 g 1 szt (MLE,) papryka 1 porcja 50 g ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) paprykarz rybny 80 g (GLU, RYB, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,) serek kiri kiri 17 g 1 szt (MLE,) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) paprykarz rybny 80 g (GLU, RYB, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,) serek kiri kiri 17 g 1 szt (MLE,) papryka 1 porcja 50 g ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata 200 ml		
	PN	kubuś go 1 szt		chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) herbata 200 ml	kubuś go 1 szt	
		: 1973.83 kcal; : 99.51 g; : 57.62 g; : 292.55 g; : 28.59 g; : 3791.21 mg; : 21.63 g; : 50.66 g;	: 2029.63 kcal; : 98.06 g; : 48.19 g; : 284.85 g; : 36.96 g; : 3572.07 mg; : 20.24 g; : 61.27 g;	: 2055.93 kcal; : 97.38 g; : 63.59 g; : 307.33 g; : 32.97 g; : 3628.58 mg; : 24.88 g; : 32.16 g;	: 1973.83 kcal; : 99.51 g; : 57.62 g; : 292.55 g; : 28.59 g; : 3791.21 mg; : 21.63 g; : 50.66 g;	

		D01 dieta podstawowa	D02 dieta łatwostrawna	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	C01 dieta położnicza podstawowa
2026-05-03 niedziela	Śniadanie	płatki owsiane błyskawiczne na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) serek wiejski 150g 1 szt (MLE,) pomidor 1 porcja 80 g kiwi 60 g herbata 200 ml	płatki owsiane błyskawiczne na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) serek wiejski 150g 1 szt (MLE,) pomidor 1 porcja 80 g jabłko pieczone 200 g herbata 200 ml	zupa z płatkami owsianymi błyskawicznymi 300 ml (GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) serek wiejski 150g 1 szt (MLE,) pomidor 1 porcja 80 g jabłka deserowe 180 g herbata 200 ml	płatki owsiane błyskawiczne na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) serek wiejski 150g 1 szt (MLE,) pomidor 1 porcja 80 g kiwi 60 g herbata 200 ml
	II ŚN	jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)			
	Obiad	rosół z makaronem nitki 300 ml (GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) udko pieczone 150 g (SOJ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) ziemniaki gotowane 220 g (MLE,) surówka z kapusty włoskiej z oliwą 150 g kompot owocowy 200 ml	rosół z makaronem nitki 300 ml (GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) udko pieczone 150 g (SOJ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) ziemniaki gotowane 220 g (MLE,) jarzyna duszona 120 g (MLE, SEL,) kompot owocowy 200 ml	rosół z makaronem nitki 300 ml (GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) udko pieczone 150 g (SOJ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) ziemniaki z wody 220 g surówka z kapusty włoskiej z oliwą 150 g kompot owocowy 200 ml	rosół z makaronem nitki 300 ml (GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) udko pieczone 150 g (SOJ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) ziemniaki gotowane 220 g (MLE,) surówka z kapusty włoskiej z oliwą 150 g kompot owocowy 200 ml
	PD			grejpfrut 180 g	
	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) kurczak z bobrownik 50 g Sałatka ziemniaczana z jajkiem, groszkiem i kukurydzą 100 g (JAJ, MLE,) herbata z cukrem 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) kurczak z bobrownik 50 g Sałatka ziemniaczana z jajkiem, groszkiem i kukurydzą 100 g (JAJ, MLE,) herbata z cukrem 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) kurczak z bobrownik 50 g Sałatka ziemniaczana z jajkiem, groszkiem i kukurydzą 100 g (JAJ, MLE,) herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) kurczak z bobrownik 50 g Sałatka ziemniaczana z jajkiem, groszkiem i kukurydzą 100 g (JAJ, MLE,) herbata z cukrem 200 ml
	PN	jabłka deserowe 180 g		chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) herbata 200 ml	jabłka deserowe 180 g
		: 2051.02 kcal; : 104.71 g; : 69.48 g; : 278.92 g; : 28.03 g; : 3281.83 mg; : 27.73 g; : 56.55 g;	: 2228.98 kcal; : 107.46 g; : 70.22 g; : 288.57 g; : 31.07 g; : 3367.98 mg; : 28.66 g; : 63.14 g;	: 2096.32 kcal; : 103.45 g; : 67.52 g; : 301.57 g; : 34.69 g; : 3365.35 mg; : 28.90 g; : 46.14 g;	: 2051.02 kcal; : 104.71 g; : 69.48 g; : 278.92 g; : 28.03 g; : 3281.83 mg; : 27.73 g; : 56.55 g;

		D01 dieta podstawowa	D02 dieta łatwostrawna	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	C01 dieta położnicza podstawowa
2026-05-04 poniedziałek	Sniadanie	kasza manna na mleku 220 ml (<u>GLU, MLE,</u>) chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) parówka 1 szt. + ketchup 1 szt. 80 g (<u>SOJ, SEL,</u>) serek Almette 1 szt 30 g (<u>MLE,</u>) ogórek kiszony 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata 200 ml	kasza manna na mleku 220 ml (<u>GLU, MLE,</u>) chleb pszenny 3 kromki 100 g (<u>GLU,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) parówka 1 szt. + ketchup 1 szt. 80 g (<u>SOJ, SEL,</u>) serek Almette 1 szt 30 g (<u>MLE,</u>) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	zupa z kaszą manną 300 ml (<u>GLU, 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>) parówka 1 szt. + ketchup 1 szt. 80 g (<u>SOJ, SEL,</u>) serek Almette 1 szt 30 g (<u>MLE,</u>) ogórek kiszony 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata 200 ml	kasza manna na mleku 220 ml (<u>GLU, MLE,</u>) chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) parówka 1 szt. + ketchup 1 szt. 80 g (<u>SOJ, SEL,</u>) serek Almette 1 szt 30 g (<u>MLE,</u>) ogórek kiszony 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata 200 ml
	II ŚN	jabłka deserowe 180 g			jabłka deserowe 180 g skyr owocowy 330 ml 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	zupa koperkowa z tartym ciastem 300 ml (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL,</u>) fasolka po bretońsku z pieczywem (2 kromki) 250 g (<u>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) kompot owocowy 200 ml	zupa koperkowa z tartym ciastem 300 ml (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL,</u>) roladki drobiowe z fileta z jarzynami w sosie własnym 130 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) ziemniaki gotowane 220 g (<u>MLE,</u>) sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml	zupa koperkowa z tartym ciastem 300 ml (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL,</u>) roladki drobiowe z fileta z jarzynami w sosie własnym 130 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) kompot owocowy 200 ml ziemniaki z wody 220 g sałatka z buraków 150 g	zupa koperkowa z tartym ciastem 300 ml (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL,</u>) roladki drobiowe z fileta z jarzynami w sosie własnym 130 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) ziemniaki gotowane 220 g (<u>MLE,</u>) sałatka z buraków 150 g 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>) udziec indyczy w galarecie 70 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) ser topiony 25g 1 szt (<u>MLE,</u>) ogórek świeży 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata z cukrem 200 ml	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>) ser topiony 25g 1 szt (<u>MLE,</u>) pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata z cukrem 200 ml	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>) ser topiony 25g 1 szt (<u>MLE,</u>) ogórek świeży 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	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>) ser topiony 25g 1 szt (<u>MLE,</u>) ogórek świeży 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata z cukrem 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>)	
		: 2105.64 kcal; : 88.61 g; : 76.30 g; : 298.04 g; : 33.55 g; : 3225.43 mg; : 37.89 g; : 48.27 g;	: 2205.88 kcal; : 93.45 g; : 74.35 g; : 282.47 g; : 24.86 g; : 3236.63 mg; : 36.78 g; : 60.32 g;	: 2087.29 kcal; : 91.75 g; : 74.51 g; : 291.62 g; : 28.89 g; : 3771.03 mg; : 38.82 g; : 39.24 g;	: 2312.31 kcal; : 110.81 g; : 80.12 g; : 310.34 g; : 25.18 g; : 3598.67 mg; : 36.47 g; : 58.22 g;

		D01 dieta podstawowa	D02 dieta łatwostrawna	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	C01 dieta położnicza podstawowa
2026-05-05 wtorek	Śniadanie	kasza jęczmienna na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chałka pszenna 4 kromki 60 g (GLU, JAJ, MLE,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) miód 2 szt 50 g Herbatniki BeBe 1 szt (GLU, MLE, SO2, może zawierać: OZI,) kakao 200 ml (MLE, może zawierać: MLE,)		zupa z kaszą jęczmienną 300 ml (GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) kiełbasa szynkowa z bobrownik 50 g pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	kasza jęczmienna na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chałka pszenna 4 kromki 60 g (GLU, JAJ, MLE,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) miód 2 szt 50 g Herbatniki BeBe 1 szt (GLU, MLE, SO2, może zawierać: OZI,) kakao 200 ml (MLE, może zawierać: MLE,)
	II SN	banan 200 g	banan 180 g	koktajl truskawkowy na jogurcie 150 ml (MLE,)	banan 200 g
	Obiad	zupa krem z dyni z ryżem (M) 300 ml (MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) pulpet drobiowy 100 g (GLU, JAJ,) sos pomidorowy 50 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) kluska śląska 250 g (JAJ, MLE,) sałata zielona z oliwą 50 g kompot owocowy 200 ml			
	PD			jabłka deserowe 180 g	
	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) ser biały śniadaniowy 100g 1 szt (MLE,) papryka 1 porcja 80 g rzodkiewka 1 porcja 50 g herbata 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) ser biały śniadaniowy 100g 1 szt (MLE,) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) ser biały śniadaniowy 100g 1 szt (MLE,) papryka 1 porcja 80 g rzodkiewka 1 porcja 50 g herbata 200 ml	
	PN	jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)		chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) herbata 200 ml	skyr owocowy 330 ml 1 szt (MLE,)
	: 2348.24 kcal; : 79.72 g; : 59.44 g; : 386.69 g; : 27.12 g; : 3124.48 mg; : 30.70 g; : 83.39 g;	: 2391.88 kcal; : 81.22 g; : 58.70 g; : 380.98 g; : 25.50 g; : 3120.67 mg; : 30.77 g; : 78.34 g;	: 2165.83 kcal; : 81.72 g; : 60.13 g; : 352.54 g; : 39.89 g; : 3563.77 mg; : 30.37 g; : 39.99 g;	: 2518.64 kcal; : 94.42 g; : 62.14 g; : 408.14 g; : 27.12 g; : 3032.48 mg; : 29.35 g; : 83.39 g;	

		D01 dieta podstawowa	D02 dieta łatwostrawna	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	C01 dieta położnicza podstawowa
2026-05-07 czwartek	Śniadanie	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>) serek wiejski 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) ogórek kiszony 1 porcja 50 g papryka 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>) serek wiejski 150g 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>) serek wiejski 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) ogórek kiszony 1 porcja 50 g papryka 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>) serek wiejski 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) ogórek kiszony 1 porcja 50 g papryka 1 porcja 50 g herbata 200 ml
	II SN	drożdżówka 60g 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>)		jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	drożdżówka 60g 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>)
	Obiad	zupa pieczarkowa z makaronem 300 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) filet z indyka duszony w sosie własnym 100 g (<u>GLU, MLE,</u>) ziemniaki gotowane 220 g (<u>MLE,</u>) surówka z kapusty mieszanej z oliwą 140 g kompot owocowy 200 ml	zupa jarzynowa z makaronem na diet (SW) 300 g (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u>) filet z indyka duszony w sosie własnym 100 g (<u>GLU, MLE,</u>) ziemniaki gotowane 220 g (<u>MLE,</u>) sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml	zupa pieczarkowa z makaronem 300 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) filet z indyka duszony w sosie własnym 100 g (<u>GLU, MLE,</u>) ziemniaki gotowane 220 g (<u>MLE,</u>) surówka z kapusty mieszanej z oliwą 140 g kompot owocowy 200 ml	zupa jarzynowa z makaronem na diet (SW) 300 g (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u>) filet z indyka duszony w sosie własnym 100 g (<u>GLU, MLE,</u>) ziemniaki gotowane 220 g (<u>MLE,</u>) surówka z kapusty mieszanej z oliwą 140 g kompot owocowy 200 ml
	PD			jabłka deserowe 200 g	
	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) kiełbasa krakowska sucha 50 g ser mozzarella 60 g 60 g (<u>MLE,</u>) pomidor 1 porcja 80 g rzodkiewka 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>) kiełbasa krakowska sucha 50 g ser mozzarella 60 g 60 g (<u>MLE,</u>) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) kiełbasa krakowska sucha 50 g ser mozzarella 60 g 60 g (<u>MLE,</u>) pomidor 1 porcja 80 g rzodkiewka 1 porcja 50 g herbata 200 ml	
	PN	jabłka deserowe 200 g		chleb graham 2 kromki 60 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) herbata 200 ml	jabłka deserowe 200 g
		: 2097.72 kcal; : 101.89 g; : 74.19 g; : 281.62 g; : 24.98 g; : 2970.19 mg; : 32.86 g; : 54.67 g;	: 2188.29 kcal; : 101.77 g; : 63.51 g; : 296.75 g; : 26.62 g; : 2671.21 mg; : 31.15 g; : 55.33 g;	: 2129.92 kcal; : 102.06 g; : 78.32 g; : 285.00 g; : 27.78 g; : 3011.81 mg; : 36.34 g; : 38.92 g;	: 2040.95 kcal; : 97.26 g; : 70.68 g; : 282.41 g; : 25.97 g; : 3176.81 mg; : 31.29 g; : 55.83 g;

		D01 dieta podstawowa	D02 dieta łatwostrawna	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	C01 dieta położnicza podstawowa	
2026-05-08 piątek	Śniadanie	płatki jęczmienne na mleku 220 ml (GLU, MLE,) bułka maślana 90g 1 szt (GLU, JAJ, MLE,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) dżem 2 szt 50 g Herbatniki BeBe 1 szt (GLU, MLE, SO2, może zawierać: OZI,) kawa zbożowa 200 ml (GLU, MLE,)		zupa z płatkami jęczmiennymi 300 ml (GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) jajko gotowane 1 szt (JAJ,) serek Almette 1 szt 30 g (MLE,) papryka 1 porcja 50 g ogórek świeży 1 porcja 50 g herbata 200 ml	płatki jęczmienne na mleku 220 ml (GLU, MLE,) bułka maślana 90g 1 szt (GLU, JAJ, MLE,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) dżem 2 szt 50 g Herbatniki BeBe 1 szt (GLU, MLE, SO2, może zawierać: OZI,) kawa zbożowa 200 ml (GLU, MLE,)	
	II ŚN	mandarynka 60 g		jabłka deserowe 180 g	mandarynka 60 g jogurt owocowy 1 szt (MLE,)	
	Obiad	barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) leniwe pierogi 250 g (GLU, JAJ, MLE,) surówka z marchwi i selera 150 g (SEL,) kompot owocowy 200 ml				
	PD				jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	
	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) sałatka śledziowa 100 g (JAJ, RYB, MLE, GOR, może zawierać: JAJ,) papryka 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) pasta z jajka i ryby 80 g (JAJ, RYB,) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) sałatka śledziowa 100 g (JAJ, RYB, MLE, GOR, może zawierać: JAJ,) papryka 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) pasta z jajka i ryby 80 g (JAJ, RYB,) papryka 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata 200 ml	
	PN	jabłko suszone plastry 1 szt		chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ,) Rama 10 g 1 szt herbata 200 ml	jabłko suszone plastry 1 szt	
		: 2200.17 kcal; : 80.20 g; : 76.29 g; : 313.24 g; : 26.67 g; : 2734.93 mg; : 30.54 g; : 80.80 g;	: 2119.90 kcal; : 89.46 g; : 58.99 g; : 305.91 g; : 24.62 g; : 2739.88 mg; : 28.67 g; : 76.29 g;	: 2260.16 kcal; : 87.40 g; : 86.48 g; : 317.55 g; : 33.79 g; : 2967.33 mg; : 32.85 g; : 48.42 g;	: 2168.05 kcal; : 91.94 g; : 61.86 g; : 326.16 g; : 25.64 g; : 2815.67 mg; : 29.90 g; : 85.69 g;	

		D01 dieta podstawowa	D02 dieta łatwostrawna	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	C01 dieta położnicza podstawowa
2026-05-09 sobota	Śniadanie	tarte ciasto na mleku 220 ml (GLU, JAJ, MLE,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) parówka z szynki 2 szt + ketchup 1szt. 140 g (SOJ, SEL,) ogórek świeży 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml	tarte ciasto na mleku 220 ml (GLU, JAJ, MLE,) chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) parówka z szynki 2 szt + ketchup 1szt. 140 g (SOJ, SEL,) pomidor 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml	zupa z tartym ciastem 300 ml (GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) parówka z szynki 2 szt + ketchup 1szt. 140 g (SOJ, SEL,) ogórek świeży 1 porcja 80 g herbata 200 ml	tarte ciasto na mleku 220 ml (GLU, JAJ, MLE,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) parówka z szynki 2 szt + ketchup 1szt. 140 g (SOJ, SEL,) ogórek świeży 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml
	II SN	jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)			skyr owocowy 330 ml 1 szt (MLE,)
	Obiad	kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami i chlebem (2 kromki) 300 ml (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ,) sos pomidorowy 50 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) ziemniaki z wody 220 g fasolka szparagowa gotowana 150 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml	zupa grysikowa 300 ml (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ,) sos pomidorowy 50 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) ziemniaki z wody 220 g marchewka gotowana 150 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml	kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami i chlebem (2 kromki) 300 ml (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ,) sos pomidorowy 50 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) ziemniaki z wody 220 g fasolka szparagowa gotowana 150 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml	zupa grysikowa 300 ml (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ,) sos pomidorowy 50 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) ziemniaki z wody 220 g fasolka szparagowa gotowana 150 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml
	PD				grejfrut 180 g
	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) udziec indyczy w galarecie 70 g (SOJ, MLE, SEL,) ser topiony 25g 1 szt (MLE,) sałatka z sałaty i rzodkiewki z jogurtem 120 g (MLE,) herbata 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) udziec indyczy w galarecie 70 g (SOJ, MLE, SEL,) ser topiony 25g 1 szt (MLE,) pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) udziec indyczy w galarecie 70 g (SOJ, MLE, SEL,) ser topiony 25g 1 szt (MLE,) sałatka z sałaty i rzodkiewki z jogurtem 120 g (MLE,) herbata 200 ml	
	PN	soczek 1 szt			chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ,) Rama 10 g 1 szt herbata 200 ml
		: 2196.18 kcal; : 96.25 g; : 75.65 g; : 308.63 g; : 25.07 g; : 4672.41 mg; : 34.92 g; : 53.29 g;	: 2298.35 kcal; : 95.48 g; : 75.88 g; : 300.96 g; : 25.03 g; : 4628.90 mg; : 36.04 g; : 57.84 g;	: 2204.88 kcal; : 94.06 g; : 78.72 g; : 312.66 g; : 31.95 g; : 4567.28 mg; : 33.96 g; : 29.92 g;	: 2322.88 kcal; : 108.37 g; : 79.73 g; : 315.74 g; : 22.50 g; : 4243.85 mg; : 34.65 g; : 50.56 g;

		D01 dieta podstawowa	D02 dieta łatwostrawna	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	C01 dieta położnicza podstawowa	
2026-05-10 niedziela	Śniadanie	kasza manna na mleku 220 ml (GLU, MLE, SEZ,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) ser biały śniadaniowy 100g 1 szt (MLE,) pomidor 1 porcja 50 g ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata 200 ml	kasza manna na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) ser biały śniadaniowy 100g 1 szt (MLE,) pomidor 1 porcja 80 g Herbatniki BeBe 1 szt (GLU, MLE, SO2, może zawierać: OZI,) herbata 200 ml	zupa z kaszą manną 300 ml (GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) ser biały śniadaniowy 100g 1 szt (MLE,) pomidor 1 porcja 50 g ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata 200 ml	kasza manna na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) ser biały śniadaniowy 100g 1 szt (MLE,) pomidor 1 porcja 50 g ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata 200 ml	
	II ŚN	jogurt owocowy 1 szt (MLE,)		jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	jogurt owocowy 1 szt (MLE,)	
	Obiad	zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL,) kotlet drobiowy w płatkach kukurydzianych, pieczony 100 g (JAJ, OZI, ORZ, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) ziemniaki gotowane 220 g (MLE,) sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml				
	PD				grejpfrut 180 g	
	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) kielbasa swojska (1 porcja) 70 g serek kiri kiri 17 g 1 szt (MLE,) sałatka jarzynowa z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL,) herbata 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) kielbasa krakowska sucha 50 g serek kiri kiri 17 g 1 szt (MLE,) sałatka jarzynowa z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL,) herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) kielbasa krakowska sucha 50 g serek kiri kiri 17 g 1 szt (MLE,) sałatka jarzynowa z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL,) herbata 200 ml		
	PN	jabłka deserowe 180 g		chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) herbata 200 ml	jabłka deserowe 180 g	
		: 2117.36 kcal; : 93.13 g; : 76.86 g; : 290.00 g; : 27.11 g; : 3968.68 mg; : 32.22 g; : 57.50 g;	: 2215.80 kcal; : 96.04 g; : 66.77 g; : 301.45 g; : 26.16 g; : 3186.84 mg; : 29.03 g; : 58.31 g;	: 2083.01 kcal; : 91.93 g; : 71.45 g; : 298.94 g; : 30.64 g; : 3440.49 mg; : 31.28 g; : 36.87 g;	: 2011.03 kcal; : 91.10 g; : 66.42 g; : 288.53 g; : 27.11 g; : 3520.68 mg; : 28.11 g; : 57.50 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,