

Jadłospis 14.06-04.07.2026

14.06.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 75,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 210,0 g <u>w tym cukry:</u> 40,0 g Błonnik: 18,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Ryż na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Kiełbasa biała na ciepło	50 g	I, VI, IX, X	
obiad	Ogórek	50 g		
	Rosół z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Kotlet de vollye	100 g	I, III, IX, X	
	Buraczki gotowane	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Serek homogenizowany	100 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Salatka z kurczakiem	150 g	I, III, VII, IX, X	
	Salata	10 g		
	Jabłko	20 g		

14.06.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 60,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 200,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Błonnik: 19,0 g Sól: 2,0 g
śniadanie	Ryż na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Kiełbasa biała na ciepło	50 g	I, VI, IX, X	
obiad	Pomidor	50 g		
	Rosół z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Rolada drobiowa gotowana	100 g	I, III, IX, X	
	Buraczki gotowane	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Serek homogenizowany	100 g	VII	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	100 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Salatka z kurczakiem	150 g	I, III, VII, IX, X	
	Salata	10 g		
	Jabłko	20 g		

14.06.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2050 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 60,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 170,0 g <u>w tym cukry:</u> 30,0 g Błonnik: 24,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Ryż na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Kiełbasa na ciepło	50 g	I, VI, IX, X	
obiad	Ogórek	50 g		
	Rosół z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Kotlet de vollye	100 g	I, III, IX, X	
	Buraczki gotowane	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
podwieczorek	Kompot	250 ml		
	Serek homogenizowany naturalny	100 ml	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Salatka z kurczakiem	150 g	I, III, VII, IX, X	
	Salata	10 g		
	Jabłko	20 g		

15.06.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 65,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 25,0 g Węglowodany: 220,0 g w tym cukry: 45,0 g Błonnik: 20,0 g Sól: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie, - pieczenie.
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Płatki jęczmienne na mleku Banan Dżem	250 ml 50 g 30 g 20 g 250 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VII	
obiad	Zupa jarzynowa Kotlet mielony Surówka z białej kapusty Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 g	I, VI, IX, X I, III	
podwieczorek	Ciasto drożdżowe	100g	I	
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Szynka z kurczaka Pomarańcza	250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	

15.06.2026						
DIETA ŁATWOSTRAWNA						
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 60,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 25,0 g Węglowodany: 240,0 g <u>w tym cukry:</u> 55,0 g Blonnik: 18,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie, - pieczenie.		
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VII			
	Kajzerka	50 g				
	Chleb żytni	30 g				
	Masło 82%	20 g				
	Płatki jęczmienne na mleku	250 g	VII			
	Banan	50 g				
	Ser biały	50 g	VII			
obiad	Ryżanka	250 ml	I, VI, IX, X I, III			
	Pulpet wieprzowy gotowany w sosie	120 g				
	Warzywa gotowane	100 g				
	Ziemniaki z koperkiem	200 g				
	Kompot	250 ml				
	podwieczorek	Ciasto drożdżowe			100g	I
	kolacja	Herbata			250 ml	I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X
Chleb pszenno-żytni		80 g				
Masło 82%		20 g				
Szynka z kurczaka		50 g				
Pomarańcza		50 g				

15.06.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 75,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 180,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Błonnik: 25,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie, - pieczenie.
śniadanie	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Płatki jęczmienne na mleku	250 g	I, VII	
	Banan	50 g		
obiad	Ser biały	50 g	VII	
	Zupa jarzynowa	250 ml	I, VI, IX, X	
	Kotlet mielony	120 g	I, III	
	Surówka z białej kapusty	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 g		
podwieczorek	Ciasto drożdżowe bez cukru	100g	I	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Szynka z kureczaka	50 g	I, VI, IX, X	
	Pomarańcza	50 g		

16.06.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 70,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 240,0 g <u>w tym cukry:</u> 55,0 g Blonnik: 200 g Sód: 2,0 g
śniadanie	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Jajko z majonezem	50 g	III, VII	
	Pomidor	50 g		
obiad	Zupa pomidorowa z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Naleśniki z serem i dżemem	270 g	I, III, VII	
	Kompot	250 ml		
	Surówka z marchewki i jabłka	100 g		
podwieczorek	Jabłko	100 g		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ogórek	20 g		
	Salatka warzywna	150 g	I, III, VII, IX, X	

Zastosowana obróbka termiczna:
- gotowanie,
- smażenie.

16.06.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 80,0 g Tłuszcze: 60,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 24,0 g Węglowodany: 250,0 g <u>w tym cukry:</u> 60,0 g Blonnik: 18,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Jajko	50 g	III	
	Pomidor	50 g		
obiad	Zupa pomidorowa z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Naleśniki z serem i dżemem	270 g	I, III, VII	
	Kompot	250 g		
	Surówka z marchewki i jabłka	100 g		
podwieczorek	Jabłko	100 g		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pomidor	20 g		
	Salatka warzywna	150 g	I, III, VII, IX, X	

16.06.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 60,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 24,0 g Węglowodany: 170,0 g <u>w tym cukry:</u> 30,0 g Błonnik: 25,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII VII III, VII	
	Chleb razowy	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Jogurt naturalny	100 g		
	Jajko z majonezem	50 g		
	Pomidor	50 g		
obiad	Krupnik	250 ml	I, VI, IX, X I, III, VII	
	Naleśniki z serem	100 g		
	Kompot	250 ml		
	Surówka z marchewki i jabłka	200 g		
		250 ml		
podwieczorek	Jabłko	100 g		
kolacja	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
	Chleb pszenno-żytni	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Ogórek	20 g		
	Salatka warzywna	150 g		

17.06.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 60,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 24,0 g Węglowodany: 220,0 g <u>w tym cukry:</u> 40,0 g Błonnik: 22,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Herbata	250 ml		
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser żółty	50 g	VII	
	Ogórek	50 g		
	Jogurt naturalny	100 g	VII	
obiad	Kluski lane	250 ml	I, VII, IX, X	
	Ziemniaki gotowane z koperkiem	200 g		
	Surówka z białej kapusty	100 g		
	Kotlet schabowy smażony	100 g	I, VI	
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Galaretka owocowa	150 ml		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta rybna	150 g	I, IV, IX, X	
	Pomidor	20 g		

17.06.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 55,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 210,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Błonnik: 18,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie - gotowanie na parze.
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, IV, IX, X	
	Chleb pszenny	30 g		
	Kajzerka	50 g		
	Masło 82%	20 g		
	Wędlina drobiowa	50 g		
	Ogórek	50 g		
	Jogurt naturalny	100 g		
obiad	Kluski lane	250 ml	I, VII, IX, X	
	Ziemniaki gotowane z koperkiem	200 g		
	Warzywa gotowane	100 g		
	Filet drobiowy gotowany	100 g		
	Kompot	250 ml		
	podwieczorek	Galaretka owocowa		150 ml
kolacja	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII I, IX, X	
	Chleb pszenno-żytni	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Szynka gotowana	50 g		
	Pomidor	50 g		

17.06.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 95,0 g Tłuszcze: 65,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 190,0 g <u>w tym cukry:</u> 20,0 g Blonnik: 22,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Jogurt naturalny	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser żółty	50 g	VII	
obiad	Ogórek zielony	50 g		
	Kluski lane	250 ml	I, VII, IX, X	
	Ziemniaki gotowane z koperkiem	200 g		
	Surówka z białej kapusty	100 g		
	Kotlet schabowy	100 g		
podwieczorek	Kompot	250 ml		
	Galaretka owocowa bez cukru	150 ml		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta rybna	150 g	I, IV, IX, X	
	Pomidor	20 g		

18.06.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 70,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 30,0 g Węglowodany: 180,0 g <u>w tym cukry:</u> 25,0 g Błonnik: 20,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Ryż na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Jabłko	50 g		
	Wędlina drobiowa	50 g	I, IX, X	
obiad	Pieczarkowa z makaronem	250 ml	I, VII, IX, X	Węglowodany: 180,0 g <u>w tym cukry:</u> 25,0 g Błonnik: 20,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
	Ziemniaki gotowane z koperkiem	200 g		
	Surówka z kapusty pekińskiej	100 g		
	Kotlet de volaille	100 g	I, IX, X	
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Sok warzywno-owocowy	100 ml		Węglowodany: 180,0 g <u>w tym cukry:</u> 25,0 g Błonnik: 20,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem	150 g	I, III, VII, IX, X	
	Salata	10 g		

18.06.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2050 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 60,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 25,0 g Węglowodany: 170,0 g <u>w tym cukry:</u> 20,0 g Błonnik: 22,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie - gotowanie na parze.
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, IV, IX, X	
	Chleb pszenny	30 g		
	Kajzerka	50 g		
	Masło 82%	20 g		
	Wędlina drobiowa	50 g		
	Jabłko	50 g		
	Ryż na mleku	250 ml	I, VII	
obiad	Ryżanka	250 ml	I, IX, X	
	Ziemniaki gotowane z koperkiem	200 g		
	Marchew gotowana	100 g		
	Rolada drobiowa gotowana	100 g		
	Kompot	250 ml		
	podwieczorek	Sok warzywno-owocowy		100 ml
kolacja	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
	Chleb pszenny	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Pasta jajeczna	50 g		
	Sałata	10 g		

18.06.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 60,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 25,0 g Węglowodany: 180,0 g <u>w tym cukry:</u> 18,0 g Błonnik: 25,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Ryż na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Jabłko	50 g		
obiad	Wędlina drobiowa	50 g	I, IX, X	
	Pieczarkowa z makaronem	250 ml	I, VII, IX, X	
	Ziemniaki gotowane z koperkiem	200 g		
	Surówka z kapusty pekińskiej	100 g		
	Kotlet de vollye	100 g	I, IX, X	
podwieczorek	Kompot	250 ml		
	Sok pomidorowy	100 ml		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem	150 g	I, III, VII, IX, X	
	Salata	10 g		

19.06.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 80,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 26,0 g Węglowodany: 245,0 g <u>w tym cukry:</u> 60,0 g Błonnik: 23,0 g Sód: 3,1 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VII VII	
	Kajzerka	50 g		
	Chleb żytni	30 g		
	Masło 82%	20 g		
	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml		
	Ser biały z rzodkiewką i szczypiorkiem	100 g		
obiad	Krupnik	250 ml	I, VI, IX, X I, III, IV	
	Ryba	120 g		
	Kapusta kiszona	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Serek homogenizowany	100 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
	Chleb pszenno-żytni	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Sałata	10 g		
	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem	150 g		

19.06.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 55,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 24,0 g Węglowodany: 180,0 g <u>w tym cukry:</u> 18,0 g Błonnik: 23,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na parze.
śniadanie	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI	
obiad	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser biały z koperkiem	100 g	VII	
	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	III, VII	
			I, VII	
	Krupnik	250 ml	I, VI, IX, X	
podwieczorek	Ryba gotowana	120 g	I, III, IV	
	Warzywa gotowane	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
kolacja	Serek homogenizowany	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Salata	20 g		
	Pasta jajeczna	150 g	I, III, IX, X	

19.06.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 55,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 180,0 g <u>w tym cukry:</u> 15,0 g Błonnik: 24,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII I, VII VII VII	
	Chleb razowy	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml		
	Ser biały z rzodkiewką i szczypiorkiem	100 g		
obiad	Krupnik	250 ml	I, VI, IX, X I, III, IV	
	Ryba	120 g		
	Kapusta kiszona	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Jogurt naturalny	100 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
	Chleb razowy	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Sałata	20 g		
	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem	80 g		

20.06.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 95,0 g Tłuszcze: 75,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 220,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Błonnik: 24,0 g Sód: 2,1 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
śniadanie	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Szynka gotowana	50 g	I, IX, X	
	Pomidor	40 g		
	Salata	10 g		
obiad	Ryżanka	250 ml	I, VII, IX, X	
	Makaron z kurczakiem	270 g	I, IX, X	
	Kompot	250 ml		
	Warzywa gotowane	100 g		
podwieczorek	Babka z metra	50 g	I, III	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta mięsna	150 g	I, VI, IX, X	
	Jabłko	20 g		

20.06.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 80,0 g w tym nasycone <u>kwasy</u> <u>tłuszczowe:</u> 30,0 g Węglowodany: 240,0 g w tym cukry: 45,0 g Blonnik: 20,0 g Sól: 2,04 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie - duszenie.
śniadanie	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Szynka gotowana	50 g	I, IX, X	
	Pomidor	40 g		
	Salata	10 g		
obiad	Ryżanka	250 ml	I, VII, IX, X	
	Makaron z kurczakiem	270 g	I, IX, X	
	Kompot	250 ml		
	Warzywa gotowane	100 g		
podwieczorek	Babka z metra	100 g	I, III, VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Wędlina drobiowa	50 g	I, VII, IX, X	
	Jabłko	50 g		

20.06.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 95,0 g Tłuszcze: 70,0 g w tym nasycone <u>kwasy</u> <u>tłuszczowe:</u> 25,0 g Węglowodany: 200,0 g w tym <u>cukry:</u> <u>30,0 g</u> Blonnik: 24,0 g Sól: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie - duszenie.
śniadanie	Jogurt naturalny	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Szynka gotowana	50 g	I, IX, X	
	Pomidor	40 g		
	Salata	10 g		
obiad	Ryżanka	250 ml	I, VII, IX, X	
	Makaron z kurczakiem	270 g	I, IX, X	
	Kompot	250 ml		
	Warzywa gotowane	100 g		
podwieczorek	Babka z metra bez cukru	50 g	I, III, VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta mięsna	150 g	I, VI, IX, X	
	Jabłko	20 g		

21.06.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 75,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 220,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Błonnik: 22,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
śniadanie	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ogórek	50 g		
	Ser topiony	50 g	VII	
obiad	Rosół z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Udko pieczone	120 g	I, VI, IX, X	
	Surówka z czerwonej kapusty	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Serek wiejski	100 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasztet pieczony z warzywami	150 g	I, IX, X	
	Ogórek kiszony	20 g		

21.06.2026

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Ser biały Ogórek zielony	100 g 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 50 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 70,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 200,0 g <u>w tym cukry:</u> 30,0 g Błonnik: 19,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na parze.
obiad	Rosół z makaronem Udło gotowane Warzywa gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X VI, IX, X	
podwieczorek	Serek wiejski	100 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Kiełbasa krakowska Sałata	250 ml 80 g 20 g 50 g 10 g	 I, VI, VII, XI VII I, IX, X	

21.06.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 95,0 g Tłuszcze: 65,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 24,0 g Węglowodany: 180,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Błonnik: 26,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
śniadanie	Jogurt naturalny	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Serek topiony	50 g	VII	
	Ogórek zielony	50 g		
obiad	Rosół z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Udko pieczone	120 g	I, VI, IX, X	
	Surówka z czerwonej kapusty	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Serek wiejski	100 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasztet pieczony z warzywami	150 g	I, VI, IX, X	
	Salata	10 g		

22.06.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	I, VII	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 70,0 g Tłuszcze: 75,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 25,0 g Węglowodany: 220,0 g w tym cukry: 35,0 g Błonnik: 20,0 g Sód: 2,5 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
	Herbata	250 ml		
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Parówka hot-dog	50 g	I, VI, IX, X	
	Ogórek zielony	50 g		
obiad	Zupa koperkowa	250 ml	I, VI, IX, X	
	Gulasz wieprzowy	120 g	VII, IX	
	Buraczki	100 g		
	Kasza jęczmienna	200 g	I	
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Serek homogenizowany	100 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem	150 g	III, VII, IX, X	
	Salata	10 g		

22.06.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2250 kcal Białko: 75,0 g Tłuszcze: 75,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 25,0 g Węglowodany: 280,0 g <u>w tym cukry:</u> 45,0 g Blonnik: 20,0 g Sód: 2,5 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
śniadanie	Płatki owsiane na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Parówka hot-dog	50 g	I, VI, IX, X	
	Banan	50 g		
obiad	Zupa koperkowa	250 ml	I, VI, IX, X	
	Gulasz wieprzowy	120 g	VII, IX	
	Warzywa gotowane	100 g		
	Kasza jęczmienna	200 g	I	
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Serek homogenizowany	100 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem	150 g	III, VII, IX, X	
	Salata	10 g		

22.06.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2300 kcal Białko: 80,0 g Tłuszcze: 75,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 290,0 g <u>w tym cukry:</u> 40,0 g Blonnik: 25,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
śniadanie	Płatki owsiane na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Parówka hot-dog	50 g	I, VI, IX, X	
	Ogórek zielony	50 g		
obiad	Zupa koperkowa	250 ml	I, VI, IX, X	
	Gulasz	120 g	VII, IX	
	wieprzowy	100 g		
	Buraczki			
	Kasza jęczmienna	200 g	I	
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Jogurt naturalny	100 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem	80 g	III, VII, IX, X	
	Salata	10 g		

23.06.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2300 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 70,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 260,0 g <u>w tym cukry:</u> 45,0 g Błonnik: 20,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie
śniadanie	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Szynka gotowana	50 g	I, IX, X	
	Pomidor	50 g		
obiad	Krupnik	250 ml	I, VI, IX, X	
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Pałki pieczone	120 g	I, IX, X	
	Surówka z czerwonej kapusty	100 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Serek wiejski	200 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta mięsna	150 g	I, IX, X	
	Jabłko	50 g		

23.06.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2400 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 75,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 24,0 g Węglowodany: 280,0 g <u>w tym cukry:</u> 45,0 g Błonnik: 22,0 g Sód: 3,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na prze.
śniadanie	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Szynka gotowana	50 g	I, IX, X	
	Pomidor	50 g		
obiad	Krupnik	250 ml	VII, IX, X	
	Ziemniaki z koperkiem	200 g	I	
	Palki gotowane	120 g	VI, IX, X	
	Marchew gotowana	100 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Serek wiejski	200 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser biały	50 g	VII	
	Jabłko	50 g		

23.06.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2300 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 70,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 240,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Błonnik: 28,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
śniadanie	Jogurt naturalny	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Szynka gotowana	50 g	I, VI, IX, X	
obiad	Pomidor	50 g		
	Krupnik	250 ml	VII, IX, X	
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Pałki pieczone	120 g		
	Surówka z czerwonej kapusty	100 g	IX, X	
podwieczorek	Kompot	250 ml		
	Serek wiejski	200 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta mięsna	100 g	I, IX, X	
	Jabłko	50 g		

24.06.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2400 kcal Białko: 75,0 g Tłuszcze: 80,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 300,0 g <u>w tym cukry:</u> 50,0 g Błonnik: 26,0 g Sód: 3,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
śniadanie	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser żółty	50 g	VII	
	Jabłko	50 g		
obiad	Kluski lane	250 ml	I, VII, IX, X	
	Makaron z serem i musem owocowym	270 g	I, VII	
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Banan	200 g		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasztet pieczony z warzywami	150 g	I, IX, X	
	Ogórek kiszony	20 g		

24.06.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2350 kcal Białko: 80,0 g Tłuszcze: 75,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 25,0 g Węglowodany: 290,0 g <u>w tym cukry:</u> 50,0 g Błonnik: 24,0 g Sód: 3,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
śniadanie	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser biały z koperkiem	50 g	VII	
	Jabłko	50 g		
obiad	Kluski lane	250 ml	I, VII, IX, X	
	Makaron z serem i musem owocowym	270 g	I, VII	
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Banan	200 g		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%		VII	
	Kiełbasa krakowska	20 g	I, IX, X	
	Pomidor	50 g		
		50 g		

24.06.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2340 kcal Białko: 80,0 g Tłuszcze: 70,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 230,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Błonnik: 28,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
śniadanie	Jogurt naturalny	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser żółty	50 g	VII	
	Jabłko	50 g		
obiad	Kluski lane	250 ml	I, VII, IX, X	
	Makaron z serem i musem owocowym	270 g	I, VII	
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Banan	200 g		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasztet pieczony z warzywami	150 g	I, IX, X	
	Ogórek kiszony	20 g		

25.06.2026					
DIETA PODSTAWOWA					
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2300 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 70,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 260,0 g <u>w tym cukry:</u> 40,0 g Blonnik: 28,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.	
śniadanie	Herbata	250 ml			
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI		
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI		
	Masło 82%	20 g	VII		
	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	I, VII		
	Wędlina drobiowa	50 g	I, VI, X		
	Ogórek kiszony	50 g			
obiad	Jarzynowa	250 ml	I, VI, IX, X		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g			
	Kompot	250 ml			
	Surówka z kapusty pekińskiej	100 g	III, X		
	Pulpet drobiowy w sosie	120 g	I, III, IX, X		
podwieczorek	Serek danio	100	VII		
kolacja	Herbata	250 ml			
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI		
	Masło 82%	20 g	VII		
	Szynka z kurczaka	50 g	I, VI, IX, X		
	Pomarańcza	50 g			

25.06.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2250 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 70,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 250,0 g <u>w tym cukry:</u> 40,0 g Błonnik: 27,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
śniadanie	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Wędlina drobiowa	50 g	I, VI, X	
	Pomidor	50 g		
	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	I, VII	
obiad	Jarzynowa	250 ml	I, VI, IX, X	
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
	Surówka z kapusty pekińskiej	100 g	III, X	
	Pulpet drobiowy w sosie	120 g	I, III, IX, X	
podwieczorek	Serek danio	100	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Szynka z kurczaka	50 g	I, VI, IX, X	
	Pomarańcza	50 g		

25.06.2026						
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW						
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 70,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 22,0 g Węglowodany: 220,0 g w tym cukry: 30,0 g Błonnik: 30,0 g Sód: 2,0 g		
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII			
	Chleb razowy	80 g				
	Masło 82%	20 g				
	Ogórek kiszony	50 g	I, VI, X			
	Wędlina drobiowa	50 g				
	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	I, VII			
obiad	Jarzynowa	250 ml	I, VI, IX, X			
	Ziemniaki z koperkiem	200 g				
	Kompot	250 ml	III, X			
	Surówka z kapusty pekińskiej	100 g				
	Pulpet drobiowy w sosie	120 g		I, III, IX, X		
podwieczorek	Jogurt naturalny	100 g	VII			
kolacja	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie, - pieczenie.		
	Chleb razowy	80 g				
	Masło 82%	20 g				
	Szynka z kurczaka	100 g	I, VII, IX, X			
	Jabłko	50 g				

26.06.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2300 kcal Białko: 80,0 g Tłuszcze: 75,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 24,0 g Węglowodany: 260,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Blonnik: 26,0 g Sód: 2,0 g
śniadanie	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	I, VII	
	Ser topiony	50 g	VII	
Ogórek kiszony	50 g			
obiad	Zupa brokułowa	250 ml	I, VI, IX, X	
	Ryba	100 g	I, III, IV	
	Kapusta kiszona	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Jogurt owocowy	100 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pomidor	20 g		
	Salatka warzywna	150 g	I, III, VII, IX, X	
				Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.

26.06.2026					
DIETA ŁATWOSTRAWNA					
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 65,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 20,0 g Węglowodany: 240,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Błonnik: 26,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na parze.	
śniadanie	Herbata	250 ml			
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI		
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI		
	Masło 82%	20 g	VII		
	Jajko	50 g	III		
	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	I, VII		
	Ogórek	50 g			
obiad	Zupa brokułowa	250 ml	I, VI, IX, X		
	Ryba gotowana	100 g	I, , IV		
	Warzywa gotowane	100 g			
	Ziemniaki z koperkiem	200 g			
	Kompot	250 ml			
podwieczorek	Jogurt owocowy	100 g	VII		
kolacja	Herbata	250 ml			
	Chleb pszenny	80 g	I, VI, VII, XI		
	Masło 82%	20 g	VII		
	Pomidor	20 g			
	Salatka warzywna	150 g	I, III, VII, IX, X		

26.06.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2150 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 65,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 20,0 g Węglowodany: 220,0 g <u>w tym cukry:</u> 30,0 g Blonnik: 28,0 g Sód: 2,0 g
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII I, VII	
	Chleb razowy	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	VII	
	Ser topiony	50 g		
	Ogórek kiszony	50 g		
obiad	Zupa brokułowa	250 ml	I, VI, IX, X I, III, IV	
	Ryba	100 g		
	Kapusta kiszona	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Sok pomidorowy	100 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII	
	Chleb razowy	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Pomidor	20 g	I, III, VII, IX, X	
	Salatka warzywna	150 g		
				Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.

27.06.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2300 kcal Białko: 75,0 g Tłuszcze: 70,0 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 280,0 g w tym <u>cukry:</u> 45,0 g Blonnik: 22,0 g Sól: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser żółty	50 g	VII	
	Jogurt naturalny	100 g	VII	
obiad	Zupa pomidorowa z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Naleśniki z serem	270 g	I, VII	
	Kompot	250 ml		
	Surówka z jabłkiem i marchewką	100 g		
podwieczorek	Sok owocowy	100 ml		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Wędlina drobiowa	50 g	I, VI, IX, X	
	Ogórek	50 g		

27.06.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 80,0 g Tłuszcze: 65,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 20,0 g Węglowodany: 250,0 g <u>w tym cukry:</u> 40,0 g Blonnik: 24,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII	
	Kajzerka	50 g		
	Chleb pszenny	30 g		
	Masło 82%	20 g		
	Dżem	50 g		
	Banan	50 g		
	Jogurt naturalny	100 g	VII	
obiad	Zupa pomidorowa z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Naleśniki z serem	270 g 250 ml	I, VII	
	Kompot			
	Surówka z jabłkiem i marchewką	100 g		
podwieczorek	Sok owocowy	100 ml		
kolacja	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	
	Chleb pszenny	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Wędlna drobiowa	50 g		
	Ogórek	50 g		

27.06.2026

**DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH
WĘGLOWODANÓW**

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Jogurt naturalny Ser żółty Banan	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII VII	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 80,0 g Tłuszcze: 65,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy</u> <u>tłuszczowe:</u> 209,0 g Węglowodany: 210,0 g <u>w tym cukry:</u> 25,0 g Blonnik: 36,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Naleśniki z serem Kompot Surówka z jabłkiem i marchewką	250 ml 270 g 250 ml 100 g	I, VI, IX, X I, VII	
podwieczorek	Sok pomidorowy	100 ml		
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Wędlina drobiowa Ogórek	250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	

28.06.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2400 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 80,0 g w tym nasycone <u>kwasy</u> <u>tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 270,0 g w tym cukry: 35,0 g Blonnik: 20,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Ryż na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Kiełbasa biała na ciepło	50 g	I, VI, IX, X	
	Pomidor	50 g		
obiad	Rosół z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Filet drobiowy smażony	100 g	I, III, IX, X	
	Marchew gotowana	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Serek danio	100 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta z wędliny	150 g	I, III, VII, IX, X	
	Salata	10 g		

28.06.2026

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
śniadanie	Ryż na mleku Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Kiełbasa biała na ciepło Pomidor	250 ml 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g	I, VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	Wartość energetyczna: 2300 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 75,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 25,0 g Węglowodany: 250,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Błonnik: 21,0 g Sól: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na parze.
obiad	Rosół z makaronem Filet drobiowy gotowany Marchew gotowana Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, IX, X	
podwieczorek	Serek danio	100 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pasta z wędliny Sałata	250 ml 100 g 20 g 150 g 10 g	 I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	

28.06.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 70,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 220,0 g <u>w tym cukry:</u> 25,0 g Blonnik: 28,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Ryż na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Kiełbasa na ciepło	50 g	I, VI, IX, X	
	Pomidor	50 g		
obiad	Rosół z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Filet drobiowy smażony	100 g	I, III, IX, X	
	Marchew gotowana	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Jogurt naturalny	100 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta z wędliny	150 g	I, III, VII, IX, X	
	Salata	10 g		

29.06.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2300 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 75,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 25,0 g Węglowodany: 240,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Błonnik: 22,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
śniadanie	Płatki owsiane na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Parówka hot-dog	50 g	I, VI, IX, X	
obiad	Ogórek zielony	50 g		
	Zupa buraczkowa	250 ml	I, VI, IX, X	
	Gulasz wieprzowy	120 g	I, VI, IX, X	
	Warzywa gotowane	100 g		
	Kasza jęczmienna	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Ciasto drożdżowe	100 g	I, VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem	150 g	III, VII, IX	
	Salata	10 g		

29.06.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 75,0 g Tłuszcze: 70,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 24,0 g Węglowodany: 250,0 g <u>w tym cukry:</u> 40,0 g Blonnik: 21,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
śniadanie	Płatki owsiane na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Parówka hot-dog	50 g	I, VI, IX, X	
	Pomidor	50 g		
obiad	Ryżanka	250 ml	I, VI, IX, X	
	Gulasz wieprzowy	120 g	I, VI, IX, X	
	Warzywa gotowane	100 g		
	Kasza jęczmienna	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Ciasto drożdżowe	100 g	I, VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem	150 g	III, VII, IX	
	Salata	10 g		

29.06.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 80,0 g Tłuszcze: 70,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 210,0 g <u>w tym cukry:</u> 25,0 g Ballastyniki: 28,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
śniadanie	Płatki owsiane na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Parówka hot-dog	50 g	I, VI, IX, X	
	Ogórek zielony	50 g		
obiad	Zupa buraczkowa	250 ml	I, VI, IX, X	
	Gulasz wieprzowy	120 g	I, VI, IX, X	
	Warzywa gotowane	100 g		
	Kasza jęczmienna	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Ciasto drożdżowe bez cukru	100 g	I, VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem	150 g	III, VII, IX	
	Salata	10 g		

30.06.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2350 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 85,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 240,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Blonnik: 20,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Szynka gotowana	50 g	I, VI, IX, X	
obiad	Pomidor	50 g		Wartość energetyczna: 2350 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 85,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 240,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Blonnik: 20,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
	Krupnik	250 ml	I, VI, IX, X	
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
	Buraczki gotowane	100 g		
podwieczorek	Kotlet mielony	120 g	I, III, VI	Wartość energetyczna: 2350 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 85,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 240,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Blonnik: 20,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
	Serek wiejski	150 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		Wartość energetyczna: 2350 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 85,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 240,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Blonnik: 20,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta rybna	150 g	I, VII, IX, X	
	Jabłko	20 g		

30.06.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2250 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 75,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 24,0 g Węglowodany: 240,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Blonnik: 18,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na parze, - duszenie.
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I,VI, IX, X VII	
	Kajzerka	50 g		
	Chleb pszenny	30 g		
	Masło 82%	20 g		
	Szynka gotowana	50 g		
	Pomidor	50 g		
	Jogurt owocowy	100 g		
obiad	Krupnik	250 ml	I, VI, IX, X I, III, VI	
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
	Buraczki gotowane	100 g		
	Pulpet wieprzowy w sosie gotowany	120 g		
podwieczorek	Serek wiejski	150 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII I,VI, IX, X	
	Chleb pszenny	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Wędlna drobiowa	50 g		
	Jabłko	50 g		

30.06.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 80,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 26,0 g Węglowodany: 210,0 g w tym cukry: 25,0 g Błonnik: 28,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X VII	
	Chleb razowy	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Szynka gotowana	50 g		
	Pomidor	50 g		
	Jogurt naturalny	100 g		
obiad	Krupnik	250 ml	I, VI, IX, X I, III, VI	
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
	Buraczki gotowane	100 g		
	Kotlet mielony	120 g		
podwieczorek	Serek wiejski	150 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	
	Chleb razowy	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Pasta rybna	150 g		
	Jabłko	20 g		

01.07.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 80,0 g Tłuszcze: 70,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 24,0 g Węglowodany: 230,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Błonnik: 22,0 g Sól: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
śniadanie	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser żółty	50 g	VII	
	Jabłko	50 g	I, IX, X	
obiad	Jogurt owocowy	100 g		
	Barszcz ukraiński	250 ml	I, VI, IX, X	
	Forszmak drobiowy	100 g	I, VI, IX, X	
	Kompot	250 ml		
	Surówka z kapusty pekińskiej	100 g		
	Ryż gotowany	200 g		
podwieczorek	Pomarańcza	100 g		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Salatka warzywna	150 g	I, VII, IX, X	
	Pomidor	20 g		

01.07.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 75,0 g Tłuszcze: 70,0 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 210,0 g w tym cukry: 45,0 g Blonnik: 18,0 g Sód: 2,9 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
śniadanie	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser biały	50 g	VII	
	Jabłko	50 g		
obiad	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Kluski lane	250 ml	I, VI, IX, X	
	Forszmak drobiowy	100 g	I, VI, IX, X	
	Kompot	250 ml		
	Marchew gotowana	100 g		
	Ryż gotowany	200 g		
podwieczorek	Pomarańcza	100 g		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Salatka warzywna	150 g	I, VII, IX, X	
	Pomidor	20 g		

01.07.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 1950 kcal Białko: 70,0 g Tłuszcze: 75,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy</u> <u>tłuszczowe:</u> 30,0 g Węglowodany: 175,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Blonnik: 20,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII VII VII	
	Chleb razowy	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Jogurt naturalny	100 g		
	Ser żółty	50 g		
	Jabłko	50 g		
obiad	Barszcz ukraiński	250 ml	I, VI, IX, X	
	Forszmak drobiowy	100 g	I, VI, IX, X	
	Kompot	250 ml		
	Surówka z kapusty pekińskiej	100 g		
	Ryż gotowany	200 g		
podwieczorek	Pomarańcza	100 g		
kolacja	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	
	Chleb razowy	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Salatka warzywna	150 g		
	Ogórek	20 g		

02.07.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2150 kcal Białko: 70,0 g Tłuszcze: 75,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 30,0 g Węglowodany: 210,0 g <u>w tym cukry:</u> 45,0 g Blonnik: 19,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Wędlina drobiowa	50 g	I, VI, IX, X	
obiad	Ogórek kiszony	50 g		
	Ogórkowa z ryżem	250 ml	I, VII, IX, X	
	Pierogi leniwe z masłem	120 g	I, VII	
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Marchew z jabłkiem	100 g		
	Ciasto drożdżowe	100 g	I, VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser topiony	50 g	VII	
	Pomidor	50 g		

02.07.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 20540 kcal Białko: 72,0 g Tłuszcze: 72,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 205,0 g <u>w tym cukry:</u> 40,0 g Blonnik: 19,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Wędlina drobiowa	50 g	VII	
	Pomidor	50 g		
obiad	Jarzynowa	250 ml	I, VII, IX, X	
	Pierogi leniwe z maselkiem	120 g	I, VII	
	Kompot	250 ml		
	Marchew z jabłkiem	100 g		
podwieczorek	Ciasto drożdżowe	100 g	I, VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser biały	50 g	VII	
	Pomidor	50 g		

02.07.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 68,0 g Tłuszcze: 70,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy</u> <u>tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 180,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Błonnik: 20,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Wędlina drobiowa	50 g	I, VI, IX, X	
	Ogórek kiszony	50 g		
obiad	Ogórkowa z ryżem	250 ml	I, VII, IX, X	
	Cepeliny z farszem ruskim	120 g	I, VII	
	Kompot	250 ml		
	Surówka z białej kapusty	100 g		
podwieczorek	Ciasto drożdżowe bez cukru	100 g	I, VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser topiony	50 g	VII	
	Pomidor	50 g		

03.07.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 80,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 30,0 g Węglowodany: 240,0 g <u>w tym cukry:</u> 50,0 g Błonnik: 22,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Jajko z majonezem	50 g	III, VII	
	Pomidor	50 g		
obiad	Zupa pomidorowa z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	Węglowodany: 240,0 g <u>w tym cukry:</u> 50,0 g Błonnik: 22,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
	Ryba	120 g	I, III, IV	
	Kapusta kiszona	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Banan	100 g		Węglowodany: 240,0 g <u>w tym cukry:</u> 50,0 g Błonnik: 22,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pomidor	20 g		
	Ser biały ze szczypiorkiem	80 g	VII	

03.07.2026

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Pomidor Jajko Jogurt owocowy	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII III VII	Wartość energetyczna: 2150 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 65,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy</u> <u>tłuszczowe:</u> 25,0 g Węglowodany: 235,0 g <u>w tym cukry:</u> 45,0 g Błonnik: 20,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na parze.
obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Ryba gotowana Marchew gotowana Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, IV	
podwieczorek	Banan	100 g		
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pomidor Ser biały z koperkiem	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	I, VI, VII, XI VII VII	

03.07.2026

**DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH
WĘGLOWODANÓW**

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Jogurt naturalny Jajko z majonezem Pomidor	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII III, VII	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 65,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 24,0 g Węglowodany: 190,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Blonnik: 24,0 g Sód: 2,0 g
obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Ryba Warzywa gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IV	
podwieczorek	Jabłko	100 g		
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pomidor Ser biały ze szczypiorkiem	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	I, VI, VII, XI VII VII	
				Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.

04.07.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 80,0 g Tłuszcze: 85,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 32,0 g Węglowodany: 240,0 g <u>w tym cukry:</u> 55,0 g Blonnik: 18,0 g Sól: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Parówka hot-dog	50 g	I, VI, IX, X	
	Jogurt naturalny	100 g	VII	
obiad	Banan	50 g		
	Zupa koperkowa	250 ml	I, VI, IX, X	
	Naleśniki z serem	300 g	I, VII	
	Kompot	250 ml		
	Surówka z jabłkiem i marchewką	100 g		
podwieczorek	Sok warzywno-owocowy	100 ml		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasztet z warzywami	150 g	I, VI, IX, X	
	Pomidor	50 g		

04.07.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 75,0 g Tłuszcze: 70,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 220,0 g <u>w tym cukry:</u> 45,0 g Blonnik: 18,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Parówka hot-dog	50 g	I, VI, IX, X	
	Banan	50 g		
	Jogurt naturalny	100 g	VII	
obiad	Zupa koperkowa	250 ml	I, VI, IX, X	
	Naleśniki z serem	300 g	I, VII	
	Kompot	250 ml		
	Surówka z jabłkiem i marchewką	100 g		
podwieczorek	Sok owocowy	100 ml		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasztet z warzywami	150 g	I, VI, IX, X	
	Pomidor	20 g		

04.07.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 75,0 g Tłuszcze: 65,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 26,0 g Węglowodany: 180,0 g w tym cukry: 35,0 g Błonnik: 22,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII VII I, VI, IX, X	
	Chleb razowy	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Jogurt naturalny	100 g		
	Parówka hot-dog	50 g		
	Banan	50 g		
obiad	Zupa koperkowa	250 ml	I, VI, IX, X I, VII	
	Naleśniki z serem	300 g		
	Kompot	250 ml		
	Surówka z jabłkiem i marchewką	100 g		
podwieczorek	Sok pomidorowy	100 ml		
kolacja	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	
	Chleb razowy	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Pasztet z warzywami	150 g		
	Pomidor	20 g		