Jadłospis 18.10-07.11.2026

18.10.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Ryż na mleku Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Kiełbasa biała na ciepło Ogórek	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:** 2000 kcal **Białko:** 85,0 g **Tłuszcze:** 75,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 28,0 g **Węglowodany:** 210,0 g w tym cukry: 40,0 g **Błonnik:** 18,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
obiad	Rosół z makaronem Kotlet de vollaye Buraczki gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X	
podwieczorek	Serek homogenizowany	130 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata Jabłko	250 ml 80 g 20 g 150 g 10 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	

18.10.2026				
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:** 2100 kcal **Białko:** 90,0 g **Tłuszcze:** 60,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 22,0 g **Węglowodany:** 200,0 g w tym cukry: 35,0 g **Błonnik:** 19,0 g **Sól:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na parze.
obiad	Rosół z makaronem Rolada drobiowa gotowana 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 homogenizowany	130 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata Jabłko	250 ml 100 g 20 g 150 g 10 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	

18.10.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Ryż na mleku Herbata Chleb razowy Masło 82% Kiełbasa na ciepło Ogórek	250 ml 250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	I, VII I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X 	**Wartość energetyczna:** 2050 kcal **Białko:** 95,0 g **Tłuszcze:** 60,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 22,0 g **Węglowodany:** 170,0 g w tym cukry: 30,0 g **Błonnik:** 24,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
obiad	Rosół z makaronem Kotlet de vollaye Buraczki gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X 	
podwieczorek	Jogurt naturalny	100 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata Jabłko	250 ml 80 g 20 g 150 g 10 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X 	

19.10.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
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	**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.
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	100 g	I, VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Pomidor	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII I, III, VII	

19.10.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Płatki jęczmienne na mleku Banan Ser biały	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 VII	**Wartość energetyczna:** 2000 kcal **Białko:** 90,0 g **Tłuszcze:** 60,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 25,0 g **Węglowodany:** 240,0 g w tym cukry: 55,0 g **Błonnik:** 18,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie, - pieczenie.
obiad	Ryżanka Pulpet wieprzowy gotowany w sosie Warzywa gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III	
podwieczorek	Ciasto drożdżowe	100g	I, VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Szynka z kurczaka Pomidor	250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	 I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	

19.10.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Płatki jęczmienne na mleku Banan Ser biały	250 ml 80 g 20 g 250 g 50 g 50 g	 I, VI, VII, XI VII I, VII VII	**Wartość energetyczna:** 2100 kcal **Białko:** 90,0 g **Tłuszcze:** 55,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 22,0 g **Węglowodany:** 180,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g **Błonnik:** 25,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie, - pieczenie.
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 bez cukru	100g	I, VII	
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Pomidor	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII I, III, VII	

20.10.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Jogurt owocowy Jajko z majonezem Pomidor	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 50 g 50 g	 I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII III, VII	**Wartość energetyczna:** 2100 kcal **Białko:** 85,0 g **Tłuszcze:** 70,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 28,0 g **Węglowodany:** 240,0 g w tym cukry: 55,0 g **Błonnik:** 20,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Naleśniki z serem i dżemem Kompot Surówka z marchewki i jabłka	250 ml 270 g 250 ml 100 g	I, VI, IX, X I, III, VII	
podwieczorek	Jabłko	1 szt.		
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Ogórek Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 150 g	 I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	

20.10.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Jogurt owocowy Jajko Pomidor	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 50 g 50 g	 I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII III	**Wartość energetyczna:** 2200 kcal **Białko:** 80,0 g **Tłuszcze:** 60,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 24,0 g **Węglowodany:** 250,0 g w tym cukry: 60,0 g **Błonnik:** 18,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
obiad	Krupnik Naleśniki z serem i dżemem Kompot Surówka z marchewki i jabłka	250 ml 270 g 250 g 100 g	I, VI, IX, X I, III, VII	
podwieczorek	Jabłko	1 szt.		
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pomidor Wędlina drobiowa	250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	 I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	

20.10.2026				
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:** 85,0 g **Tłuszcze:** 60,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 24,0 g **Węglowodany:** 170,0 g w tym cukry: 30,0 g **Błonnik:** 25,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
obiad	Pomidorowa z makaronem Naleśniki z serem Kompot Surówka z marchewki i jabłka	250 ml 270 g 250 ml 100 g	I, VI, IX, X I, III, VII	
podwieczorek	Jabłko	1 szt.		
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Ogórek Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 150 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	

21.10.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Chleb żytni Kajzerka Masło 82% Ser żółty Ogórek Jogurt naturalny	250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 50 g 100 g	 I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII	**Wartość energetyczna:** 2200 kcal **Białko:** 85,0 g **Tłuszcze:** 60,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 24,0 g **Węglowodany:** 220,0 g w tym cukry: 40,0 g **Błonnik:** 22,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
obiad	Kluski lane Kasza jęczmienna Surówka z białej kapusty Gulasz wieprzowy Kompot	250 ml 200 g 100 g 100 g 250 ml	I, VII, IX, X I I, VI 	
podwieczorek	Galaretka owocowa	150 ml		
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Szynka gotowana Papryka	250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	 I, VI, VII, XI VII I, IV, IX, X 	

21.10.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Wędlina drobiowa Ogórek Jogurt naturalny	250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 50 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, IV, IX, X VII	**Wartość energetyczna:** 2200 kcal **Białko:** 90,0 g **Tłuszcze:** 55,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 22,0 g **Węglowodany:** 210,0 g w tym cukry: 35,0 g **Błonnik:** 18,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
obiad	Kluski lane Kasza jęczmienna Warzywa gotowane Gulasz wieprzowy Kompot	250 ml 200 g 100 g 100 g 250 ml	I, VII, IX, X I I, VI	
podwieczorek	Galaretka owocowa	150 ml		
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Szynka gotowana Pomidor	250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, X	

21.10.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Jogurt naturalny Herbata Chleb razowy Masło 82% Ser żółty Ogórek zielony	100 g 250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	VII I, VI, VII, XI VII VII	**Wartość energetyczna:** 2100 kcal **Białko:** 95,0 g **Tłuszcze:** 65,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 28,0 g **Węglowodany:** 190,0 g w tym cukry: 20,0 g **Błonnik:** 22,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
obiad	Kluski lane Kasza jęczmienna Surówka z białej kapusty Gulasz wieprzowy Kompot	250 ml 200 g 100 g 100 g 250 ml	I, VII, IX, X I I, VI	
podwieczorek	Galaretka owocowa bez cukru	150 ml		
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Szynka gotowana Papryka	250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VI I, IX, X	

22.10.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Ryż na mleku Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Jabłko Wędlina drobiowa	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, IX, X	**Wartość energetyczna:** 2200 kcal **Białko:** 90,0 g **Tłuszcze:** 70,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 30,0 g **Węglowodany:** 170,0 g w tym cukry: 25,0 g **Błonnik:** 18,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
obiad	Pieczarkowa z ryżem Makaron świderki w sosie boloness Marchew gotowana Kompot	250 ml 270 g 100 g 250 ml	I, VII, IX, X I, IX, X	
podwieczorek	Sok warzywno-owocowy	150 ml		
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta rybna Pomidor	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	

22.10.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Dżem Jabłko Ryż na mleku	250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 50 g 250 ml	 I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VII	**Wartość energetyczna:** 2050 kcal **Białko:** 85,0 g **Tłuszcze:** 60,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 25,0 g **Węglowodany:** 170,0 g w tym cukry: 20,0 g **Błonnik:** 22,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
obiad	Ryżanka Makaron świderki w sosie boloness Marchew gotowana Kompot	250 ml 270 g 100 g 250 ml	I, VII, IX, X I, IX, X	
podwieczorek	Sok warzywno-owocowy	150 ml		
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Synka konserwowa Pomidor	250 ml 80 g 20 g 80 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	

22.10.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Ryż na mleku Herbata Chleb razowy Masło 82% Jabłko Wędlina drobiowa	250 ml 250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	I, VII I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	**Wartość energetyczna:** 2000 kcal **Białko:** 90,0 g **Tłuszcze:** 60,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 25,0 g **Węglowodany:** 180,0 g w tym cukry: 18,0 g **Błonnik:** 25,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
obiad	Pieczarkowa z ryżem Makaron świderki w sosie boloness Marchew gotowana Kompot	250 ml 270 g 100 g 250 ml	I, VII, IX, X I, IX, X	
podwieczorek	Sok pomidorowy	3 00 ml		
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta rybna Pomidor	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	

23.10.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Płatki jęczmienne na mleku Ser biały z rzodkiewką i szczypiorkiem	250 ml 50 g 30 g 20 g 250 ml 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VII VII	**Wartość energetyczna:** 2150 kcal **Białko:** 85,0 g **Tłuszcze:** 65,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 28,0 g **Węglowodany:** 170,0 g w tym cukry: 20,0 g **Błonnik:** 18,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
obiad	Krupnik Ryba Kapusta kiszona Ziemniaki gotowane z koperkiem Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IV	
podwieczorek	Serek homogenizowany	130 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Sałata Pasta jajeczna ze szczypiorkiem	250 ml 80 g 20 g 10 g 150 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	

23.10.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser biały z koperkiem Płatki jęczmienne na mleku	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 250 ml	 I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII I, VII	**Wartość energetyczna:** 2000 kcal **Białko:** 85,0 g **Tłuszcze:** 55,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 24,0 g **Węglowodany:** 170,0 g w tym cukry: 18,0 g **Błonnik:** 23,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na parze.
obiad	Krupnik Ryba gotowana Warzywa gotowane Ziemniaki gotowane z koperkiem Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IV	
podwieczorek	Serek homogenizowany	130 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Sałata Pasta jajeczna	250 ml 80 g 20 g 20 g 150 g	 I, VI, VII, XI VII I, III, IX, X	

23.10.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Płatki jęczmienne na mleku Ser biały z rzodkiewką i szczypiorkiem	250 ml 80 g 20 g 250 ml 100 g	I, VI, VII, XI VII I, VII VII	**Wartość energetyczna:** 2000 kcal **Białko:** 85,0 g **Tłuszcze:** 55,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 22,0 g **Węglowodany:** 180,0 g w tym cukry: 15,0 g **Błonnik:** 24,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie
obiad	Jarzynowa Ryba Kapusta kiszona Ziemniaki gotowane z koperkiem Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IV	
podwieczorek	Jogurt naturalny	100 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Sałata Pasta jajeczna ze szczypiorkiem	250 ml 80 g 20 g 20 g 150 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	

24.10.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Chleb żytni Kajzerka Masło 82% Szynka gotowana Pomidor Sałata	100 g 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 40 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, IX, X	**Wartość energetyczna:** 2100 kcal **Białko:** 95,0 g **Tłuszcze:** 75,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 28,0 g **Węglowodany:** 220,0 g w tym cukry: 35,0 g **Błonnik:** 24,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
obiad	Ryżanka Łazanki z kurczakiem Kompot Warzywa gotowane	250 ml 270 g 250 ml 100 g	I, VII, IX, X I, IX, X	
podwieczorek	Babka z metra	50 g	I, III, VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	

24.10.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Szynka gotowana Pomidor Sałata	100 g 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 40 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, IX, X	**Wartość energetyczna:** 2200 kcal **Białko:** 90,0 g **Tłuszcze:** 80,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 30,0 g **Węglowodany:** 240,0 g w tym cukry: 45,0 g **Błonnik:** 20,0 g **Sól:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie - duszenie.
obiad	Ryżanka Łazanki z kurczakiem Kompot Warzywa gotowane	250 ml 270 g 250 ml 100 g	I, VII, IX, X I, IX, X	
podwieczorek	Babka z metra	50 g	I, III, VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Wędlina drobiowa Jabłko	250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	 I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	

24.10.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Jogurt naturalny Herbata Chleb razowy Masło 82% Szynka gotowana Pomidor Sałata	100 g 250 ml 30 g 20 g 50 g 40 g 10 g	VII I, VI, VII, XI VII I, IX, X	**Wartość energetyczna:** 2000 kcal **Białko:** 95,0 g **Tłuszcze:** 70,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 25,0 g **Węglowodany:** 190,0 g w tym cukry: 30,0 g **Błonnik:** 24,0 g **Sól:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie - duszenie.
obiad	Ryżanka Łazanki z kurczakiem Kompot Warzywa gotowane	250 ml 270 g 250 ml 100 g	I, VII, IX, X I, IX, X	
podwieczorek	Babka z metra bez cukru	50 g	I, III, VII	
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	

25.10.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Chleb żytni Kajzerka Masło 82% Ogórek Ser topiony	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:** 2100 kcal **Białko:** 90,0 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:** 22,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
obiad	Rosół z makaronem Udko pieczone Surówka z czerwonej kapusty Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, VI, IX, X	
podwieczorek	Serek wiejski	150 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasztet pieczony z warzywami Ogórek kiszony	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII I, IX, X	

25.10.2026				
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 w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 28,0 g **Węglowodany:** 200,0 g w tym cukry: 30,0 g **Błonnik:** 19,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na parze.
obiad	Rosół z makaronem Udko 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	150 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Kiełbasa krakowska Ogórek	250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	 I, VI, VII, XI VII I, IX, X	

25.10.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Jogurt naturalny Herbata Chleb razowy Masło 82% Serek topiony Ogórek zielony	100 g 250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	VII I, VI, VII, XI VII VII	**Wartość energetyczna:** 2000 kcal **Białko:** 95,0 g **Tłuszcze:** 65,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 24,0 g **Węglowodany:** 180,0 g w tym cukry: 35,0 g **Błonnik:** 26,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
obiad	Rosół z makaronem Udko pieczone Surówka z czerwonej kapusty Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, VI, IX, X	
podwieczorek	Serek wiejski	150 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasztet pieczony z warzywami Ogórek kiszony	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	

26.10.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Płatki owsiane z mlekiem Herbata Chleb żytni Kajzerka Masło 82% Parówka hot-dog Ogórek zielony	250 ml 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 50 g	I, VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	**Wartość energetyczna:** 2200 kcal **Białko:** 70,0 g **Tłuszcze:** 75,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 25,0 g **Węglowodany:** 220,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g **Błonnik:** 20,0 g **Sód:** 2,5 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
obiad	Zupa koperkowa Forszmak drobiowy duszony Marchew z jabłkiem Kasza jęczmienna Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X VII, IX I	
podwieczorek	Serek homogenizowany	130 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Pomidor	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII III, VII, IX, X	

26.10.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Płatki owsiane z mlekiem Herbata Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Parówka hot-dog Banan	250 ml 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 50 g	I, VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X 	**Wartość energetyczna:** 2250 kcal **Białko:** 75,0 g **Tłuszcze:** 75,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 25,0 g **Węglowodany:** 280,0 g w tym cukry: 45,0 g **Błonnik:** 20,0 g **Sód:** 2,5 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
obiad	Zupa koperkowa Forszmak drobiowy duszony Marchew z jabłkiem Kasza jęczmienna Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X VII, IX I 	
podwieczorek	Serek homogenizowany	130 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Pomidor	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII III, VII, IX, X 	

26.10.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Płatki owsiane z mlekiem Herbata Chleb razowy Masło 82% Parówka hot-dog Ogórek zielony	250 ml 250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	I, VII I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	**Wartość energetyczna:** 2300 kcal **Białko:** 80,0 g **Tłuszcze:** 75,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 28,0 g **Węglowodany:** 290,0 g w tym cukry: 40,0 g **Błonnik:** 25,0 g **Sód:** 2,0 g
obiad	Zupa koperkowa Forszmak drobiowy duszony Marchew z jabłkiem Kasza jęczmienna Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X VII, IX I	
podwieczorek	Jogurt naturalny	100 g	VII	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Pomidor	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	I, VI, VII, XI VII III, VII, IX, X	

27.10.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Szynka gotowana Pomidor	100 g 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, IX, X	**Wartość energetyczna:** 2300 kcal **Białko:** 85,0 g **Tłuszcze:** 70,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 22,0 g **Węglowodany:** 260,0 g w tym cukry: 45,0 g **Błonnik:** 20,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
obiad	Krupnik Ziemniaki z koperkiem Pałki pieczone Surówka z czerwonej kapusty Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	I, VI, IX, X I, IX, X	
podwieczorek	Sok warzywno-owocowy	150 ml		
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII I, IX, X	

27.10.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Szynka gotowana Pomidor	100 g 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, IX, X	**Wartość energetyczna:** 2400 kcal **Białko:** 85,0 g **Tłuszcze:** 75,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 24,0 g **Węglowodany:** 280,0 g w tym cukry: 45,0 g **Błonnik:** 22,0 g **Sód:** 3,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na parze.
obiad	Krupnik Ziemniaki z koperkiem Pałki gotowane Marchew gotowana Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I I, IX, X	
podwieczorek	Sok warzywno-owocowy	150 ml		
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Ser biały Jabłko	250 ml 80 g 20 g 50 g 20 g	I, VI, VII, XI VII VII	

27.10.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Jogurt naturalny Herbata Chleb razowy Masło 82% Szynka gotowana Pomidor	100 g 250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	VII I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	**Wartość energetyczna:** 2300 kcal **Białko:** 85,0 g **Tłuszcze:** 70,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 22,0 g **Węglowodany:** 240,0 g w tym cukry: 35,0 g **Błonnik:** 28,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
obiad	Krupnik Ziemniaki z koperkiem Pałki pieczone Surówka z czerwonej kapusty Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X IX, X	
podwieczorek	Sok pomidorowy	300 ml		
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, X	

28.10.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Chleb żytni Kajzerka Masło 82% Ser żółty Jabłko	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:** 2400 kcal **Białko:** 75,0 g **Tłuszcze:** 80,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 28,0 g **Węglowodany:** 300,0 g w tym cukry: 50,0 g **Błonnik:** 26,0 g **Sód:** 3,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
obiad	Kluski lane Makaron z serem i musem owocowym Kompot	250 ml 270 g 250 ml	I, III, IX, X I, VII	
podwieczorek	Banan	1 szt.		
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasztet pieczony z warzywami Ogórek kiszony	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII I, IX, X	

28.10.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Ser biały z koperkiem Jabłko	100 g 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 50 g 50 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII	**Wartość energetyczna:** 2350 kcal **Białko:** 80,0 g **Tłuszcze:** 75,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 25,0 g **Węglowodany:** 290,0 g w tym cukry: 50,0 g **Błonnik:** 24,0 g **Sód:** 3,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
obiad	Kluski lane Makaron z serem i musem owocowym Kompot	250 ml 270 g 250 ml	I, III, IX, X I, VII	
podwieczorek	Banan	1 szt.		
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Kiełbasa krakowska Pomidor	250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	 I, VI, VII, XI VII I, IX, X	

28.10.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Jogurt naturalny Herbata Chleb razowy Masło 82% Ser żółty Jabłko	100 g 250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	VII I, VI, VII, XI VII VII	**Wartość energetyczna:** 2200 kcal **Białko:** 80,0 g **Tłuszcze:** 70,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 22,0 g **Węglowodany:** 230,0 g w tym cukry: 35,0 g **Błonnik:** 28,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
obiad	Kluski lane Makaron z serem i musem owocowym Kompot	250 ml 270 g 250 ml	I, VII, IX, X I, VII	
podwieczorek	Pomarańcza	1 szt.		
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasztet pieczony z warzywami Ogórek kiszony	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, X	

29.10.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Płatki jęczmienne na mleku Wędlina drobiowa Ogórek kiszony	250 ml 50 g 30 g 20 g 250 ml 50 g 50 g	 I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VII I, VI, X	**Wartość energetyczna:** 2300 kcal **Białko:** 85,0 g **Tłuszcze:** 70,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 22,0 g **Węglowodany:** 260,0 g w tym cukry: 40,0 g **Błonnik:** 28,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
obiad	Jarzynowa Ziemniaki z koperkiem Kompot Surówka z kapusty pekińskiej Pulpet drobiowy w sosie	250 ml 200 g 250 ml 100 g 120 g	I, VI, IX, X I, III, IX, X	
podwieczorek	Serek danio	130 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta rybna Pomidor	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	

29.10.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Wędlina drobiowa Pomidor Płatki jęczmienne na mleku	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 250 ml	 I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, X I, VII	**Wartość energetyczna:** 2250 kcal **Białko:** 85,0 g **Tłuszcze:** 70,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 22,0 g **Węglowodany:** 250,0 g w tym cukry: 40,0 g **Błonnik:** 27,0 g **Sód:** 2,0 g
obiad	Jarzynowa Ziemniaki z koperkiem Kompot Warzywa gotowane Pulpet drobiowy w sosie	250 ml 200 g 250 ml 100 g 120 g	I, VI, IX, X I, III, IX, X	
podwieczorek	Serek danio	130 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenny 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	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.

29.10.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Ogórek kiszony Wędlina drobiowa Płatki jęczmienne na mleku	250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g 250 ml	I, VI, VII, XI VII I, VI, X I, VII	**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
obiad	Jarzynowa Ziemniaki z koperkiem Kompot Surówka z kapusty pekińskiej Pulpet drobiowy w sosie	250 ml 200 g 250 ml 100 g 120 g	I, VI, IX, X III, X I, III, IX, X	
podwieczorek	Jogurt naturalny	100 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta rybna Pomidor	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.

30.10.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Płatki jęczmienne na mleku Ser topiony Ogórek kiszony	250 ml 50 g 30 g 20 g 250 ml 50 g 50 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VII VII	**Wartość energetyczna:** 2300 kcal **Białko:** 80,0 g **Tłuszcze:** 75,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 24,0 g **Węglowodany:** 260,0 g w tym cukry: 35,0 g **Błonnik:** 26,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
obiad	Zupa brokułowa Ryba Kapusta kiszona Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IV	
podwieczorek	Serek wiejski	200 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 150 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	

30.10.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Jajko Płatki jęczmienne na mleku Ogórek	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 250 ml 50 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII III I, VII	**Wartość energetyczna:** 2200 kcal **Białko:** 85,0 g **Tłuszcze:** 65,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 20,0 g **Węglowodany:** 240,0 g w tym cukry: 35,0 g **Błonnik:** 26,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na parze.
obiad	Ryżanka Ryba gotowana Warzywa gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, ,IV	
podwieczorek	Serek wiejski	200 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Banan Dżem	250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII	

30.10.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Płatki jęczmienne na mleku Ser topiony Ogórek kiszony	250 ml 80 g 20 g 250 ml 50 g 50 g	 I, VI, VII, XI VII I, VII VII	**Wartość energetyczna:** 2150 kcal **Białko:** 85,0 g **Tłuszcze:** 65,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 20,0 g **Węglowodany:** 220,0 g w tym cukry: 30,0 g **Błonnik:** 28,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
obiad	Zupa brokułowa Ryba Kapusta kiszona Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IV	
podwieczorek	Serek wiejski	200 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 150 g	 I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	

31.10.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Ser żółty Jogurt naturalny Banan	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 100 g 50 g	 I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII	**Wartość energetyczna:** 2300 kcal **Białko:** 75,0 g **Tłuszcze:** 70,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 22,0 g **Węglowodany:** 280,0 g w tym cukry: 45,0 g **Błonnik:** 22,0 g **Sól:** 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, III, VII	
podwieczorek	Sok owocowy	150 ml		
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Wędlina drobiowa Ogórek	250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	 I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	

31.10.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser biały z koperkiem Banan Jogurt naturalny	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 100 g	 I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII	**Wartość energetyczna:** 2200 kcal **Białko:** 80,0 g **Tłuszcze:** 65,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 20,0 g **Węglowodany:** 250,0 g w tym cukry: 40,0 g **Błonnik:** 24,0 g **Sód:** 2,0 g
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, III, VII	
podwieczorek	Sok owocowy	150 ml		
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Wędlina drobiowa Ogórek	250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	 I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.

31.10.2026				
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 w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 20,0 g **Węglowodany:** 210,0 g w tym cukry: 25,0 g **Błonnik:** 25,0 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, III, VII	
podwieczorek	Sok pomidorowy	300 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	

01.11.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Ryż na mleku Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Jajko z majonezem 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 III, VII	**Wartość energetyczna:** 2400 kcal **Białko:** 85,0 g **Tłuszcze:** 80,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 28,0 g **Węglowodany:** 270,0 g w tym cukry: 35,0 g **Błonnik:** 20,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
obiad	Rosół z makaronem Filet drobiowy smażony Surówka z czerwonej kapusty Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X	
podwieczorek	Serek danio	130 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Sałatka z kurczakiem Ogórek zielony	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	

01.11.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Ryż na mleku Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Jajko 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 III	**Wartość energetyczna:** 2300 kcal **Białko:** 90,0 g **Tłuszcze:** 75,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 25,0 g **Węglowodany:** 250,0 g w tym cukry: 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 Warzywa gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, IX, X	
podwieczorek	Serek danio	130 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Wędlina drobiowa Ogórek zielony	250 ml 100 g 20 g 80 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	

01.11.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Ryż na mleku Herbata Chleb razowy Masło 82% Jajko z majonezem Pomidor	250 ml 250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	I, VII I, VI, VII, XI VII III, VII	**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: 25,0 g **Błonnik:** 28,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
obiad	Rosół z makaronem Filet drobiowy smażony Surówka z czerwonej kapusty Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X	
podwieczorek	Jogurt naturalny	100 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Sałatka z kurczakiem Ogórek zielony	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	

02.11.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Płatki owsiane z mlekiem	250 ml	I, VII	**Wartość energetyczna:** 2300 kcal **Białko:** 85,0 g **Tłuszcze:** 75,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 25,0 g **Węglowodany:** 240,0 g w tym cukry: 35,0 g **Błonnik:** 22,0 g **Sód:** 2,0 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 buraczkowa	250 ml	I, VI, IX, X	
	Gołąbki w sosie	120 g	I, III, IX, X	
	Warzywa gotowane	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	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	
	Sałata	10 g		

02.11.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Płatki owsiane z mlekiem	250 ml	I, VII	**Wartość energetyczna:** 2200 kcal **Białko:** 75,0 g **Tłuszcze:** 70,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 24,0 g **Węglowodany:** 250,0 g w tym cukry: 40,0 g **Błonnik:** 21,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
	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	
	Gołąbki w sosie	120 g	I, III, IX, X	
	Warzywa gotowane	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	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	
	Sałata	10 g		

02.11.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Płatki owsiane z mlekiem Herbata Chleb razowy Masło 82% Parówka hot-dog Ogórek zielony	250 ml 250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	I, VII I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	**Wartość energetyczna:** 2100 kcal **Białko:** 80,0 g **Tłuszcze:** 70,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 22,0 g **Węglowodany:** 210,0 g w tym cukry: 25,0 g **Błonnik:** 28,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
obiad	Zupa buraczkowa Gołąbki w sosie Warzywa gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X	
podwieczorek	Ciasto drożdżowe bez cukru	100 g	I, VII	
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Sałata	250 ml 80 g 20 g 150 g 10 g	I, VI, VII, XI VII III, VII, IX	

03.11.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Jogurt owocowy Szynka gotowana Pomidor	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 50 g 50 g	 I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII I, VI, IX, X	**Wartość energetyczna:** 2350 kcal **Białko:** 90,0 g **Tłuszcze:** 85,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 28,0 g **Węglowodany:** 240,0 g w tym cukry: 35,0 g **Błonnik:** 20,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
obiad	Krupnik Ziemniaki z koperkiem Kompot Buraczki gotowane Kotlet mielony	250 ml 200 g 250 ml 100 g 120 g	I, VI, IX, X I, III, VI	
podwieczorek	Serek wiejski	150 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	

03.11.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Szynka gotowana Pomidor 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 I, VI, IX, X VII	**Wartość energetyczna:** 2250 kcal **Białko:** 85,0 g **Tłuszcze:** 75,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 24,0 g **Węglowodany:** 240,0 g w tym cukry: 35,0 g **Błonnik:** 18,0 g **Sód:** 2,0 g
obiad	Krupnik Ziemniaki z koperkiem Kompot Marchew gotowana Pulpet wieprzowy w sosie gotowany	250 ml 200 g 250 ml 100 g 120 g	I, VI, IX, X I, III, VI	
podwieczorek	Serek wiejski	150 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Wędlina drobiowa Jabłko	250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I,VI, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na parze, - duszenie.

03.11.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Szynka gotowana Pomidor Jogurt naturalny	250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g 100 g	 I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X VII	**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.
obiad	Krupnik Ziemniaki z koperkiem Kompot Buraczki gotowane Kotlet mielony	250 ml 200 g 250 ml 100 g 120 g	I, VI, IX, X I, III, VI	
podwieczorek	Serek wiejski	150 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	

04.11.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Ser żółty Jabłko 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 VII VII	**Wartość energetyczna:** 2100 kcal **Białko:** 80,0 g **Tłuszcze:** 70,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 24,0 g **Węglowodany:** 230,0 g w tym cukry: 35,0 g **Błonnik:** 22,0 g **Sól:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
obiad	Barszcz ukraiński Gulasz wieprzowy duszony Kompot Surówka z kapusty pekińskiej Ziemniaki gotowane z koperkiem	250 ml 100 g 250 ml 100 g 200 g	I, VI, IX, X I, VI, IX, X	
podwieczorek	Pomarańcza	1 szt.		
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Sałatka warzywna Pomidor	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	

04.11.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser biały Jabłko 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 VII VII	**Wartość energetyczna:** 2000 kcal **Białko:** 75,0 g **Tłuszcze:** 70,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 28,0 g **Węglowodany:** 210,0 g w tym cukry: 45,0 g **Błonnik:** 18,0 g **Sód:** 2,0 g
obiad	Kluski lane Gulasz wieprzowy duszony Kompot Warzywa gotowane Ziemniaki gotowane z koperkiem	250 ml 100 g 250 ml 100 g 200 g	I, VI, IX, X I, VI, IX, X	
podwieczorek	Pomarańcza	1 szt.		
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Szynka gotowana Pomidor	250 ml 80 g 20 g 80 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.

04.11.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Jogurt naturalny Ser żółty Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g 50 g	 I, VI, VII, XI VII VII VII	**Wartość energetyczna:** 1950 kcal **Białko:** 70,0 g **Tłuszcze:** 75,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 30,0 g **Węglowodany:** 175,0 g w tym cukry: 35,0 g **Błonnik:** 20,0 g **Sód:** 2,0 g
obiad	Barszcz ukraiński Gulasz wieprzowy duszony Kompot Surówka z kapusty pekińskiej Ziemniaki gotowane z koperkiem	250 ml 100 g 250 ml 100 g 200 g	I, VI, IX, X I, VI, IX, X	
podwieczorek	Pomarańcza	1 szt.		Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Sałatka warzywna Ogórek	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	

05.11.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	I, VII	**Wartość energetyczna:** 2150 kcal **Białko:** 70,0 g **Tłuszcze:** 75,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 30,0 g **Węglowodany:** 210,0 g w tym cukry: 45,0 g **Błonnik:** 19,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
	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	
	Ogórek kiszony	50 g		
obiad	Ogórkowa z ryżem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Pierogi leniwe z masełkiem	120 g	I, VII	
	Kompot	250 ml		
	Marchew z jabłkiem	100 g		
podwieczorek	Ciasto jogurtowe z owocami	100 g	I, III, VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta rybna	150 g	III, VII, IX	
	Pomidor	20 g		

05.11.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku Herbata Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Wędlina drobiowa Pomidor	250 ml 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 50 g	I, VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, IX,	**Wartość energetyczna:** 2050 kcal **Białko:** 72,0 g **Tłuszcze:** 72,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 28,0 g **Węglowodany:** 205,0 g w tym cukry: 40,0 g **Błonnik:** 19,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
obiad	Jarzynowa Pierogi leniwe z masełkiem Kompot Marchew z jabłkiem	250 ml 120 g 250 ml 100 g	I, VII, IX, X I, VII	
podwieczorek	Ciasto jogurtowe z owocami	100 g	I, III, VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Ser biały Pomidor	250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII	

05.11.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku Herbata Chleb razowy Masło 82% Wędlina drobiowa Ogórek kiszony	250 ml 250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	I, VII I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	**Wartość energetyczna:** 2000 kcal **Białko:** 68,0 g **Tłuszcze:** 70,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 28,0 g **Węglowodany:** 180,0 g w tym cukry: 35,0 g **Błonnik:** 20,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
obiad	Ogórkowa z ryżem Cepeliny z farszem ruskim Kompot Surówka z białej kapusty	250 ml 120 g 250 ml 100 g	I, VII, IX, X I, VII, IX	
podwieczorek	Ciasto jogurtowe z owocami	100 g	I, III, VII	
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta rybna Pomidor	250 ml 80 g 20 g 150 g 50 g	I, VI, VII, XI VII III, VII, IX	

06.11.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Jogurt owocowy Jajko z majonezem Pomidor	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 50 g 50 g	 I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII III, VII	**Wartość energetyczna:** 2100 kcal **Białko:** 85,0 g **Tłuszcze:** 80,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 30,0 g **Węglowodany:** 240,0 g w tym cukry: 50,0 g **Błonnik:** 22,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Ryba Kapusta kiszona Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IV	
podwieczorek	Serek danio	150 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pomidor Ser biały ze szczypiorkiem	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	 I, VI, VII, XI VII VII	

06.11.2026				
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 w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 25,0 g **Węglowodany:** 235,0 g w tym cukry: 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	Serek danio	150 g	VII	
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	

06.11.2026				
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 w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 24,0 g **Węglowodany:** 190,0 g w tym cukry: 35,0 g **Błonnik:** 24,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Ryba Kapusta kiszona Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IV	
podwieczorek	Jogurt naturalny	150 g	VII	
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	

07.11.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Parówka hot-dog Jogurt naturalny Papryka	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 100 g 50 g	 I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X VII	**Wartość energetyczna:** 2100 kcal **Białko:** 80,0 g **Tłuszcze:** 85,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 32,0 g **Węglowodany:** 240,0 g w tym cukry: 55,0 g **Błonnik:** 18,0 g **Sól:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie, - pieczenie.
obiad	Zupa koperkowa Naleśniki z serem Kompot Surówka z jabłkiem i marchewką	250 ml 300 g 250 ml 100 g	I, VI, IX, X I, III, VII	
podwieczorek	Sok warzywno-owocowy	150 ml		
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasztet z warzywami Pomidor	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	

07.11.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Parówka hot-dog Pomidor Jogurt naturalny	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 100 g	 I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X VII	**Wartość energetyczna:** 2200 kcal **Białko:** 75,0 g **Tłuszcze:** 70,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 28,0 g **Węglowodany:** 220,0 g w tym cukry: 45,0 g **Błonnik:** 18,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie, - pieczenie.
obiad	Zupa koperkowa Naleśniki z serem Kompot Surówka z jabłkiem i marchewką	250 ml 300 g 250 ml 100 g	I, VI, IX, X I, III, VII	
podwieczorek	Sok warzywno-owocowy	150 ml		
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Wędlina drobiowa Pomidor	250 ml 80 g 20 g 80 g 20 g	 I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	

07.11.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	**Nazwa produktu**	**Ilość [g, ml]**	**Alergeny**	
śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Jogurt naturalny Parówka hot-dog Papryka	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII I, VI, IX, X	**Wartość energetyczna:** 2000 kcal **Białko:** 75,0 g **Tłuszcze:** 65,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 26,0 g **Węglowodany:** 170,0 g w tym cukry: 35,0 g **Błonnik:** 22,0 g **Sód:** 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie, - pieczenie
obiad	Zupa koperkowa Naleśniki z serem Kompot Surówka z jabłkiem i marchewką	250 ml 300 g 250 ml 100 g	I, VI, IX, X I, VII	
podwieczorek	Sok pomidorowy	300 ml		
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasztet z warzywami Pomidor	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	