

30.07.2026					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Kasza jaglana na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g),serek fromage 40g,schab benedykta(30g),sałata 10g papryka 40 ogórek świeży(40g) Alergeny:1,7,6,9,3,10	zupa jarzynowa(300ml),ziemniaki(250g),ryba smażona(130g),surówka z kapusty białej(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,4	Budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką 200g ,herbata b/c 250ml Alergeny:1,7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem (250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem (30g) masło 82% tł 20g,półdewica sopocka(40g),sałatka z pomidora z koperkiem (80g),krakowska drobiowa 20g Posilek nocny: kefir 200g herbata(b/c) 250ml, Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2256,92kcal białko:94,85g tłuszcze: 81,19g węglowodany: 296,42g kw. tł. Nasycone: 39,16g cukry proste:22,7 g błonnik: 25,29g sód:791,63 mg
Łatwostrawna	Kasza jaglana na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g),serek fromage 40g,schab benedykta(30g),sałata 10g,ogórek świeży 80g Alergeny:1,7,6,,3,	zupa koperkowa z ryżem(300ml),ziemniaki (250g), ryba pieczona (130g),sos grecki(,150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,4	Budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką 200g,harbata b/c 250ml Alergeny:1,7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem (30g) masło 82% tł 20g,półdewica sopocka(40g),sałatka z pomidora z koperkiem (80g),krakowska drobiowa 20g Posilek nocny: kefir 200g herbata(b/c) 250ml, Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2099,14 kcal białko:90,12 g tłuszcze: 79,23 g węglowodany: 259,09 g kw. tł. Nasycone: 40,42g cukry proste:22,81g błonnik: 19,24 g sód:778,27 mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Makaron b/j na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20g),,schab benedykta(50g),sałata 10g,ogórek świeży 80g,serek wiejski(200g) Alergeny:1,7,6,3	zupa koperkowa z ryżem b/śm(300ml),ziemniaki (250g), ryba gotowana (130g),sos grecki(,150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4	Budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką 200g ,herbata b/c 250ml Alergeny:1,7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło 82% tł 20g,półdewica sopocka(50g),sałatka z pomidora z koperkiem (80g), Posilek nocny: kefir (200g)	Energia: 2084,96 kcal białko:106,35g tłuszcze: 70,29 g węglowodany: 260,89 g kw. tł. Nasycone: 40,59g cukry proste:19,9g błonnik: 37,4g sód: 652,15 mg

				herbata(b/c) 250ml,banan 150g Alergeny:1,7,6,	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kasza jaglana na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło 82% tł,(20g),,schab benedykta 30g,serek fromage 40g,sałata 10g,ogórek świeży 80g,pomidor 30g Alergeny:1,7,6,3	zupa koperkowa z ryżem(300ml),ziemniaki (250g), ryba pieczona (130g),sos grecki(,150g), jabłko 150g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4	Budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką 200g,herbata b/c 250ml ,nektarynka 150g Alergeny:1,7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem (90g),polędwica sopocka 50g),sałatka z pomidora z koperkiem 100g posiłek nocny: kefir (200g) herbata(b/c) 250ml, Alergeny:1,7,6	Energia: 2169,72 kcal białko:98,41 g tłuszcze: 79,02g węglowodany: 271,62 g kw. tł. Nasycone: 38,21 g cukry proste:32,9 g błonnik: 26,16 g sód:667,53 mg
Dieta papkowata -potrawy mielone miksowane ,blendowane	Makaron b/j na mleku-miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem (250ml) pieczywo pszenno-żytnie namoczone w kawie(70g) masło 82% tł,(20g),serek topiony(2szt),polędwica drobiowa mielona(30g),ogórek świeży zblendowany(80g) Alergeny:1,7,6,9	zupa koperkowa z ryżem miks(300ml),ziemniaki-miks (250g), ryba gotowana-miks (130g),sos grecki- miks(,150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4	Zsiadłe mleko(300ml),zb lendowana brzoskwinia (100g) Alergeny:1	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie moczone w herbacie(70g) ,sopocka mielona(50g),pomidor- zblendowany(80g)posiłek nocny: kefir (200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6	Energia: 2067,21kcal białko:84,63g tłuszcze: 68,12g węglowodany: 267,75g kw. tł. Nasycone: 36,45g cukry proste:3854 g błonnik: 26,94g sód:657,32 mg

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 łubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

31.07..2026

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z ryżem(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g), szynka drobiowa z cukinią w galarecie(70g),schab Boryny(25g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Alergeny:1,7,6,9	zupa kalafiorowa z ziemniakami (300ml), ,makaron zapiekany ze szpinakiem 250g,sos czosnkowy(serek waniliowy,jogurt naturalny,majonez(80g),arbu z 200g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,10,3	brzoskwinia 200gwafel ryżowy 1 szt,herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) ,szynka z piersi indyka(25g),pasta z makreli z jajkiem 60g,ogórek kiszony(50g) Posilek nocny:jogurt brzoskwiniowy herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,9,4,3	Energia: 2307,99 kcal białko:86,14 g Tłuszcze: 83,5 g węglowodany: 296,23g kw. tł. nasycone:38,84 g cukry proste:32,05 g błonnik: 24,91 g sód: 1267,51 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z ryżem(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g), szynka drobiowa z cukinią w galarecie(70g),schab Boryny(25g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g),twaróg chudy 120g Alergeny:1,7,6,9	zupa marchwianka(300g),,ryż na mleku 2%,z musem jabłkowym i cynamonem ,(300g) woda mineralna(250ml) ,arbuz 200g Alergeny:1,6,9,7,3	brzoskwinia 200gwafel ryżowy 1 szt,herbata b/c 250ml	Zacierka na mleku (mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) ,szynka z piersi indyka 25g,pasta z makreli z jajkiem 60gogórek kiszony(50g) Posilek nocny:jogurt brzoskwiniowy herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,9,4,3	Energia: 2324,9 kcal białko:89,14 g Tłuszcze: 71,51 g węglowodany: 349,94 g kw. tł. nasycone:39,98 g cukry proste:47,01 g błonnik: 24,89 g sód:1200,35 mg

Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zupa mleczna z ryżem(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g), szynka drobiowa z cukinią w galarecie(70g),schab Boryny(25g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g),twaróg chudy 120g Alergeny:1,7,6,9	zupa marchwianka b/śm(300g),,ryż na mleku 2%,z musem jabłkowym i cynamonem,(300g) ,arbuz 200gwoda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	jabłko pieczone 200gwafel ryżowy 1 szt,herbata b/c 250ml	Zacierka na mleku (mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) ,szynka z piersi indyka(55g),,ogórek kiszony(50g) Posiłek nocny:jogurt naturalny 150g herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,9,4	Energia: 2209,84kcal białko:93,17 g Tłuszcze: 61,39 g węglowodany: 333,62 g kw. tł. nasycone:36,06 g cukry proste:34,46 g błonnik: 18,98 g sód:1089,82 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z ryżem(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło 82% tł,(20g), szynka drobiowa z cukinią w galarecie(70g),schab Boryny(25g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g),twaróg chudy 60g Alergeny:1,7,6,9	zupa marchwianka b/śm(300g),ryż na mleku 2%,z musem jabłkowym i cynamonem,(300g,,mus owocowo warzywny 100g woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	brzoskwinia 200gwafel gryczany 1 szt,herbata b/c 250ml	Zacierka na mleku (mleko2%)(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł) ,szynka z piersi indyka(25g),pasta z makreli z jajkiem 60g,ogórek kiszony(50g) Posiłek nocny:jogurt naturalny herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,9,4	Energia: 2275,52kcal białko:86,22 g Tłuszcze: 71,2 g węglowodany: 327,46 g kw. tł. nasycone:37,86 g cukry proste:43,9 g błonnik: 29,92 g sód:1104,64 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z ryżem(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g), masło 82% tł,(20g), schab Boryny zmielona(50g)cukinia zmiksovana(70g),sopocka parzona zmielona(25g),pomidor zblendowany(80g) Alergeny:1,7,6,9	marchwianka zmiksovana(300g),,ryż na mleku 2%,z musem jabłkowym i cynamonem,(300g,,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Kisiel niskosłodzony z jabłkiem rozrzedzony(15 0g),kefir 200g) Alergeny:7	Zacierka na mleku zmiksovana (mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie (100g) masło(82% tł) ,szynka z piersi indyka zmielona(25g),paprykarz zmielony(80g)(ryba gotowana,ryż ,włoszczyzna,koncentrat pomidorowy,ketchup), Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,9,4	Energia: 2134,1 kcal białko:98,3,g Tłuszcze: 65,12 g węglowodany: 237,12g kw. tł. nasycone:31,2 g cukry proste:36,7 1g błonnik: 16,42g sód::970,66 mg

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) szynka śniadaniowa(25g),szynka z piersi indyka(25g),ogórek świeżego(100g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem b/j(300g)ziemniaki(250g)kur czak gotowany(180g, sos koperkowy(100g),buraczki(1 50g)kompot niskosłodzony ,wieloowocowy (250ml) Alergeny:1,6,9,	kanapka(piecz wo razowe) z polędwicą drobiową pomidorem i ogórkiem herbata(b/c)(250ml),sok 300ml Alergeny:7,1,6, 9	płatki żytnie na mleku(250ml)herbata(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło(82% tł) ,serek fromage 40g,polędwica sopocka parzona(30g) ,pomidor(80g) Posilek nocny:kefir(200g) herbata(b/c)(250ml), Alergeny:1,7,6,9	Energia: 2179,07kcal białko: 101,0g tłuszcze: 74,71 g węglowodany 274,41g kw. tł. nasycone: 39,29 g cukry proste:21,64g błonnik 23,87g sód:989,05 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) szynka śniadaniowa(25g),szynka z piersi indyka(25g),ogórek świeżego(100g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem b/j(300g)ziemniaki(250g)kur czak gotowany(180g, sos koperkowy(100g),buraczki(1 50g)kompot niskosłodzony ,wieloowocowy (250ml) Alergeny:1,6,9,	kanapka(piecz wo razowe) z polędwicą drobiową pomidorem i ogórkiem herbata(b/c)(250ml),sok 300ml Alergeny:7,1,6, 9	płatki żytnie na mleku(250ml)herbata(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło(82% tł) ,serek fromage 40g,polędwica sopocka parzona(30g) ,pomidor(80g) Posilek nocny:kefir(200g) herbata(b/c)(250ml), Alergeny:1,7,6,9	Energia: 2179,07kcal białko: 101,0g tłuszcze: 74,71 g węglowodany 274,41g kw. tł. nasycone: 39,29 g cukry proste:21,64g błonnik 23,87g sód:989,05 mg
Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło 82% tł,(20g) szynka śniadaniowa(25g),szynka z piersi indyka(25g),ogórek świeżego(100g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem b/j(300g)ziemniaki(250g)kur czak gotowany(180g, sos koperkowy(100g),buraczki(1 50g)kompot niskosłodzony ,wieloowocowy (250ml) Alergeny:1,6,9,	kanapka (pieczywo razowe)z polędwicą drobiową pomidorem i ogórkiem herbata(b/c)(250ml),sok 300ml Alergeny:7,1,6, 9	płatki żytnie na mleku(250ml)herbata(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło(82% tł) „polędwica sopocka parzona(50g) ,pomidor(80g) Posilek nocny:kefir(200g) herbata(b/c)(250ml), Alergeny:1,7,6,9,	Energia: 2159,07kcal białko: 100,0g tłuszcze: 74,71 g węglowodany 272,41g kw. tł. nasycone: 39,29 g cukry proste:21,64g błonnik 23,87g sód:976,03 mg

Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł,(20g) szynka śniadaniowa(25g),szynka z piersi indyka(25g),sałatka z sałaty lodowej i ogórka świeżego(100g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem b/j(300g)ziemniaki(250g)kurczak gotowany(180g, sos koperkowy(100g),kalafior gotowany na parze 150gkompot niskosłodzony ,wieloowocowy (250ml) Alergeny:1,6,9,	kanapka(pieczywo razowe) z polędwicą drobiową pomidorem i ogórkiem herbata(b/c)(250ml),sok 300ml Alergeny:7,1,6,9	płatki żytnie na mleku(250ml)herbata(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło(82% tł) ,serek fromage 40g,polędwica sopocka parzona(30g) ,pomidor(80g) Posiłek nocny:kefir(200g) herbata(b/c)(250ml), Alergeny:1,7,6,9,	Energia: 2203,16kcal białko: 99,16g tłuszcze: 83,82 g węglowodany 261,72g kw. tł. nasycone: 39,56 g cukry proste:19,97g błonnik 28,07g sód:1118,01 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z ryżem(250ml)zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło 82% tł,(20g) szynka z piersi indyka25g,szynka śniadaniowa25gzmiksowan,ogórek świeży 100g zblendowany Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem b/j(300ml) miks,ziemniaki250g miks,kurczak gotowanymiks sos koperkowy miks marchewka gotowana miks,kompot niskosłodzony ,wieloowocowy (250ml)miks Alergeny:1,6,9	Sok multiwitamina (300ml,jogurt naturalny(150g) Alergeny:7,	płatki żytnie na mleku(250ml) miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) moczone w kawie masło(82% tł) ,polędwica sopocka parzona(30g) miks, serek fromage (40g),mikspomidor(80g)zblendowany Posiłek nocny:kefir(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,	Energia: 2124,83 kcal białko:98,06g tłuszcze:70,85 g węglowodany280,13 g kw. tł. nasycone: 39,04 g cukry proste: 46,06 g błonnik: 19,22g sód:1002,01 mg

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

02.08..2026					
dieta	Śniadanie	obiad	podwieczorek	Kolacja +posilek nocny	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),szynka gotowana(50g),sałatka z sałaty lodowej ogórka i pomidora(100g) Alergeny:1,7,,9,6,10	Zupa pieczarkowa z makaronem b/j zabiellana śmietaną 18%(300ml), ziemniaki (250g),mięso wieprzowe pieczone(130g),sos pieczeniowy(100g),surówka z kapusty pekińskiej(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,7	galaretka z wiśnią 200g,jogurt nat 100g ,herbata b/c 250ml Alergeny:.,7,	Zupa mleczna z kaszką manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),pasztet drobiowy ze śliwką(60g), ogonówka(20g),rzodkiewka 40g,ogórek świeży 40g ,Posilek nocny: serek wiejski 200g herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,,6,9	Energia 2342,31 kcal białko 87,91 g tłuszcze:95,441g węglowodany:276,71 g kw. tł. nasycone: 50,85 g cukry proste:31,98 g błonnik 24,,95 g sód:1101,02 mg
Łatwostrawna	Zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),szynka gotowana(50g), pomidor100g) Alergeny:1,7,,9,6,10	ryż na rosole(300ml),ziemniaki (250g),schab gotowany (130g),sos jarzynowy(100g),marchewka mini (150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	galaretka z wiśnią 200g,jogurt nat 100g ,herbata b/c 250ml Alergeny:.,7,	Zupa mleczna z kaszką manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),,ogonówka parzona(30g),,połędwica drobiowa 20gogórek kiszony(80g) ,Posilek nocny:serek wiejski 200g herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,,6,9	Energia:1929,53 kcal białko: 90,69 g tłuszcze:63,79 g węglowodany: 264,26 g kw. tł. nasycone: 36,44 g cukry proste:33,61 g błonnik:18,55 g sód:1422,38 mg
	Zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g)	ryż na rosole(300ml),ziemniaki (250g),schab gotowany (130g),marchewka mini	galaretka z truskawką200g ,jogurt nat 100g ,herbata b/c	Zupa mleczna z kaszką manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g)	Energia:1920,11 kcal białko: 90,66 g tłuszcze: 62,15 g węglowodany: 266,21 g

Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	masło 82% tł.(20g),szynka gotowana(50g)pomidor(100g) Alergeny:1,7,,9,6,10	gotowana (150g),sos jarzynowy(100g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	250ml Alergeny:.,7,	masło(82% tł) (20g),,ogonówka parzona(30g),,połudwica dr obiowa (20g)ogórek kiszony(80g) ,Posiłek nocny:serek wiejski 200g herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,,6	kw. tł. nasycone: 36,22 g cukry proste: 29,45 g błonnik: 16,33 g sód:1422,38 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zacierka na mleku(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo razowe(90g)masło 82% tł.(20g),szynka gotowana(50g),pomidor 80g,ogórek św 40g,kefir 200g Alergeny:1,7,,9,6,10	ryż na rosole(300ml),ziemniaki (250g),schab gotowany (130g),cukinia gotowana (150g),sos jarzynowy(100g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	galaretka z wiśnią 200g,jogurt nat 100g ,herbata b/c 250ml Alergeny:.,7,	Zupa mleczna z kaszką manną(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo razowe(90g)masło(82% tł) (20g),,ogonówka parzona(30g),połudwica dr 20g,ogórek kiszony(80g) ,Posiłek nocny:serek wiejski 200g herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,,6	Energia:1949,83 kcal białko: 97,06 g tłuszcze: 69,26 g węglowodany: 245,98 g kw. tł. nasycone: 39,11 g cukry proste: 30,18 g błonnik: 27,55g sód:1423,31 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zacierka na mleku miksowana(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno-żytnie namoczone w kawie(100g)masło 82% tł,(20),szynka gotowana zmielona(60g) ,pomidor100g zblendowana(100g) Alergeny:1,7,6,9	ryż na rosole(300ml)miks ,ziemniaki miksowane(250g),schab gotowany(130g)miks,marchewka miksowane(150g),sos koperkowy miksowany wodamineralna(250ml)jogurt naturalny 2%(150g) Alergeny:1,6,9,	kefir 200g,banan 150g Alergeny:7,	Kasza manna na mleku(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo-pszenno-żytnie(100g)moczone w kawie masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),pomidor 100g zblendowany Posiłek nocny:mus owocowy 100g,serek wiejski 200g ,herbata b/c 250ml) Alergeny:1,7,6,,9	Energia: 2031,67 kcal białko: 95,55 g tłuszcze: 66,49 g węglowodany: 282,09 g kw. tł. nasycone:39,22g cukry proste:40,07 g błonnik: 18,93 g sód: 925,11 mg

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 łubin i pochodne, 14:mięczaki i pochodne

03.08..2026

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g),masło 82% tłuszczu(20g),ser gouda (30g),szynka z piersi indyka(20g),pomidor(80g),sałata(10g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana śmietaną 18%(300g),makaron (200g),,sos meksykański z mięsem mielonym wieprzowym(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	bułka graham(1/2) z masłem i szynką,herbata miętowa 250ml,brzoskwinia 200g Alergeny:7,1	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),wędlina szynkowa(50g),sałatka z ogórka świeżego(80g) Posilek nocny: mus owocowy 100g,wafel ryżowy herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2141,28kcal białko:90,19g tłuszcze: 72,68g węglowodany: 283,82g kw. tł. nasycone: 40,93 g cukry proste: 29,38g błonnik: 32,37g sód:1223,11 mg
Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g),masło 82% tłuszczu(20g),ser gouda(30g),szynka z piersi indyka(20g),pomidor(80g),sałata(10g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa ziemniaczana z zacierką(300g),makaron (200g),sos z mięsa mielonego gotowanego z warzywami i koncentratem pomidorowym(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	bułka graham(1/2) z masłem i szynką,herbata miętowa 250ml,brzoskwinia 200g Alergeny:7,1	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g), szynkowa(50g),pomidor(80g) Posilek nocny: mus owocowy 100g,wafel ryżowy 1 szt herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2176,92kcal białko:89,03g tłuszcze: 67,34g węglowodany: 299,17g kw. tł. nasycone: 38,97 g cukry proste:32,00g błonnik: 29,01g sód:1101,2 mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie(100g),masło 82% tłuszczu(20g),,szynka z piersi indyka(50g),pomidor(80g), sałata(10g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa ziemniaczana z zacierką(300g),makaron (200g),sos z mięsa mielonego gotowanego z warzywami i koncentratem pomidorowym(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	bułka graham(1/2) z masłem i szynką,herbata miętowa 250ml,jabłko 200g Alergeny:7,1	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło(82% tł) (20g),wędlina szynkowa(50g),pomidor (80g) Posilek nocny: mus owocowy 100g,wafel ryżowy 1 szt	Energia: 2115,36 kcal białko:84,96g tłuszcze: 61,86g węglowodany: 300,25 g kw. tł. nasycone:35,04g cukry proste:32,36g błonnik: 29,01 g sód: 898,44 mg

				herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g),masło 82% tłuszczu(20g),szynka z piersi indyka(50g),pomidor(80g) sałata(20g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa ziemniaczana z zacierką(300g),makaron (200g),sos z mięsa mielonego gotowanego z warzywami i koncentratem pomidorowym(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	bułka graham(1/2) z masłem i szynką,herbata miętowa 250ml,brzoskwi nia 200g Alergeny:7,1	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),wędlina szynkowa(50g),sałatka z ogórka świeżego(80g) Posiłek nocny: mus owocowy 100g,wafel gryczany herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2115,36 kcal białko:84,96g tłuszcze: 61,86g węglowodany: 300,25 g kw. tł. nasycone:35,04g cukry proste:32,36g błonnik: 29,01 g sód:1012,01 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Płatki owsiane na mleku-miks(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie moczone w kawie(70g) ,masło 82% tłuszczu(20g),ser gouda-miks(30g),szynka z piersi indyka mielona(20g),pomidor zblendowany(80g), Alergeny:1,7,6,9	Zupa ziemniaczana z zacierką-miks(300g),makaron-miks (200g),sos z mięsa mielonego gotowanego z warzywami i koncentratem pomidorowym - miks(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Mus malina,jabłko,ba nan(100g)Jogurt naturalny(150g),) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną - miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie moczone w kawie(70g) masło(82% tł) (20g), szynkowa zmielona(50g), ogórek świeży zblendowany(80g) Posiłek nocny: budyń pitny z miksowaną truskawką(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2043,92kcal białko:86,13g tłuszcze: 65,44g węglowodany: 286,16g kw. tł. nasycone: 37,87 g cukry proste:31,50g błonnik: 27,31g sód:879,99 mg

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 łubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

04.08.2026					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + posiłek nocny	Wartości odżywcze
Podstawowa	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),schab Benedykta(30g),serek topiony(2szt),sałatka z sałaty lodowej,ogórka i ,pomidora (80g) Alergeny:1,7,6,10	Zupa grochowa z ziemniakami(300ml),kasza gryczana(200g),eskalopki drobiowe 150g,sos pomidorowy 150g,sałata z jogurtem 100g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	kisiel niskosłodzony z jabłkiem 250g,herbata b/c 250ml	Zupa mleczna z kaszką manną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,pasta mięsna drobiowa (60g),szynka śniadaniowa wieprzowa(30g),pomidor (80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,	Energia: 2392,61 kcal białko:101,31g Tłuszcze: 93,66g węglowodany: 271,91g kw. tł. nasycone:46,74g cukry proste:32,82g błonnik: 31,08g sód:1001,34 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),schab Benedykta(30g),serek topiony(2szt),sałatka z sałaty lodowej,ogórka kisz i ,pomidora (80g) Alergeny:1,7,6,10	Zupa kalafiorowa(kalafior miksowany z ziemniakami(300ml),kasza jęczmienna(200g),sos pomidorowy 150g,filet z kurczaka gotowany (130g)sałata z jogurtem,(100g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	kisiel niskosłodzony z jabłkiem 250g,herbata b/c 250ml	Zupa mleczna z kaszką manną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,pasta mięsna drobiowa (60g),szynka śniadaniowa wieprzowa(30g),pomidor (80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,	Energia:2380,06kcal białko95,87 g tłuszcze:87,28g węglowodany: 296,47g kw. tł. nasycone: 46,62g cukry proste: 32,2 g błonnik: 23,97g sód:1098,88 mg

Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z makronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło 82% tł.(20g),schab benedykta(50), ,pomidor (80g),kefir (200g) Alergeny:1,7,6,	Zupa kalafiorowa (kalafior zmiksowany)z ziemniakami(300ml),kasza jęczmienna(200g),sos pomidorowy 150g,filet z kurczaka gotowany 130g)sałata z jogurtem,(100g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	kisiel niskosłodzony z jabłkiem 250g,herbata b/c 250ml	Zupa mleczna z kaszką manną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) ,pasta mięsna drobiowa (60g),szynka śniadaniowa wieprzowa(30g),pomidor (80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,	Energia:2302,34 kcal białko:94,38g tłuszcze:78,95 g węglowodany: 297,17g kw. tł. nasycone: 40,97g cukry proste:31,61 g błonnik: 23,97g sód995,11 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z makronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło 82% tł.(20g),schab benedykta(30)serek topiony(2szt 35g),sałatka z sałaty lodowej,ogórka i ,pomidora (80g)kefir (200g) Alergeny:1,7,6,	Zupa kalafiorowa(kalafior zmiksowany) z ziemniakami(300ml),kasza gryczana(200g),sos pomidorowy 150g,filet z kurczaka gotowany 130g,sałata z jogurtem(100g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	kisiel niskosłodzony z jabłkiem 250g,herbata b/c 250ml	Zupa mleczna z kaszką manną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło(82% tł) ,pasta mięsna drobiowa (60g),szynka śniadaniowa wieprzowa(30g),pomidor (80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,	Energia:2364,94 kcal białko:99,07g tłuszcze:92,63g węglowodany: 278,49g kw. tł. nasycone: 47,15g cukry proste:32,2 g błonnik:27,75 g sód:899,68 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z makaronem(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno żytnie(70g),moczone w chlebie masło 82% tł.(20g),schab benedykta(50)miks,pomidor100g zblendowany (80g),kefir200ml Alergeny:1,7,6,	Zupa kalafiorowa(300ml),miks ziemniaki(250g)filet z kurczaka gotowany mielony 130g marchewka gotowana(150g),miks,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,	kisiel niskosłodzony z jabłkiem 250g,herbata b/c 250ml	Zupa mleczna z kaszką manną(250ml)miks,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło(82% tł) ,pasta drobiowa(60g),miks szynka śniadaniowa(30g) miks pomidor (80g)zblendowany Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,	Energia: 1988,4 kcal białko:86,98g tłuszcze 69,95g węglowodany: 262,89g kw. tł. nasycone: 39,44g cukry proste: 30,4g błonnik: 19,01g sód:885,78 mg

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14:mięczaki i pochodne

05.08.2026

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą jaglaną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g),wędlina śląska na gorąco (90g)sałatka z pomidora z koperkiem(100g),ketchup(15g) Alergeny:1,7,9,10	Zupa pomorska zabieleną śmietaną 18%(300ml),ziemniaki(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej(90g),arbuz (200g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Jogurt truskawkowy (150g),wafel ryżowy (1szt) Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),sałata (10g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny :serek wiejski(200g) herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2256,44kcal białko:104,97g tłuszcze: 94,62g węglowodany: 251,29g kw. tł. Nasycone: 51,85g cukry proste: 31,6 g błonnik: 40,61g sód:867,02 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z kaszą jaglaną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g),szynka drobiowa (50g),serek topiony 17g sałatka z pomidora z koperkiem(100g), Alergeny:1,7,9	Zupa pomorska zabieleną śmietaną 18%(300ml),ziemniaki(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej(90g),arbuz (200g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Jogurt truskawkowy (150g),wafel ryżowy (1szt) Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),sałata (10g),ogórek kiszony(80g) Posilek nocny :serek wiejski(200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6,10	Energia:2156,23 kcal białko:104,97g tłuszcze: 94,62g węglowodany: 251,29g kw. tł. Nasycone: 51,85g cukry proste: 31,6 g błonnik: 40,61g sód: 1151,34,mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g),szynka drobiowa50g sałatka z pomidora z	Zupa pomorska (300ml),ziemniaki(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej(90g),arbuz 200g),woda mineralna(250ml)	Jogurt naturalny- (150g),wafel ryżowy1szt Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),sałata (10g),ogórek świeży(80g)	Energia: 2106,44kcal białko:101,02,97g tłuszcze: 84,62g węglowodany: 248,29g kw. tł. Nasycone: 50,85g cukry proste: 31,6 g

	koperkiem(100g), Alergeny:1,7,9,6	Alergeny:1,6,9,,3		Posiłek nocny :serek wiejski(200g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6,10	błonnik: 40,61g sód:998,01 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z kaszą jaglaną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g),szynka drobiowa 50g,serek topiony 17gsałatka z pomidora z koperkiem(100g), Alergeny:1,7,9	Zupa pomorska (300ml),ziemniaki(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej(90g),brzoskwinia 200g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,3	Jogurt naturalny (150g),wafel ryżowy (1szt) Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),sałata (10g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny :serek wiejski(200g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2232,14 kcal białko: 106,46g tłuszcze: 95,30g węglowodany: 235,5 g kw. tł. Nasycone: 52,45g cukry proste 13,6g błonnik:37,46g sód:966,01 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z kaszą jaglanąmiks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie zmiękczone kawą(70g) masło 82% tł,(20g),wędlina drobiowa miks(90g)sałatka z pomidora z koperkiem- zblendowana(100g),ketchup(15g) Alergeny:1,7,9	Zupa pomorska - miks(300ml),ziemniaki- miks(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej zmiksowany(90g),jabłko pieczone(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Jogurt truskawkowy (150g),miks Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem-miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie namoczone w kawie(70g) masło(82% tł) (20g),ogonówka zmielona(50g),,ogórek świeży zblendowany(80g) Posiłek nocny :serek wiejski- miks(200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2049,34kcal białko:91,63g tłuszcze: 89,42g węglowodany: 211,29g kw. tł. Nasycone: 48,25g cukry proste: 12,1g błonnik: 38,61g sód:898,56 mg

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

06.08.2026					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z makaronem(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) jajko gotowane(60g),szynka z piersi indyka(20g) sałata (10g) pomidor (80g) Alergeny:1,7,6,9,3	Barszcz z makaronem zabieleny śmietaną 18%(300ml) ziemniaki(250g)schab pieczony w warzywach i marynacie z koncentratu pomidorowego 180g,sałata z jogurtem 100g woda mineralna, (250ml) Alergeny:1,6,9,7	Salatka z kurczakiem, ryżem i ananasem z jogurtem naturalnym (150g),herbata b/c 250ml Alergeny:7	płatki żytnie na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) ,masło(82% tł) (20g) połudwica sopocka parzona(25g),schab Benedykta 25g sałatka z sałaty lodowej,ogórka kiszzonego i pomidora(100g) Posilek nocny: jogurt naturalny,(100g) wafel ryżowy 1szt,herbata b/c,(250ml) Alergeny:1,7,6	Energia: 2395,42 kcal białko: 123,84 g tłuszcze: 74,35 g węglowodany: 314,79g kw. tł. nasycone: 38,56g cukry proste: 7,06 g błonnik: 36,33g sód:1134,2 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) jajko gotowane(60g),szynka z piersi indyka(20g) sałata (10g) pomidor (80g) Alergeny:1,7,6,9,3	kasza manna na rosole(300ml) ziemniaki(250g) schab gotowany(130g),sos grecki(150g),arbuz(150g) woda mineralna, (250ml) Alergeny:1,6,9,	Salatka z kurczakiem, ryżem i ananasem z jogurtem naturalnym (150g),herbata b/c 250ml Alergeny:7	płatki żytnie na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) ,masło(82% tł) (20g) połudwica sopocka parzona(25g),schab Benedykta 25g ogórek świeży 80g Posilek nocny: jogurt naturalny,(100g) wafel ryżowy 1szt herbata b/c Alergeny:1,7,6	Energia: 2163,18 kcal białko: 107,27g tłuszcze: 70,60g węglowodany: 278,75 g kw. tł. nasycone: 35,59 g cukry proste: 24,33 g błonnik: 25,65g sód: 998, 88 mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) ,szynka z piersi indyka(50g) sałata (10g),kefir(200g)	kasza manna na rosole(300ml) ziemniaki(250g) schab gotowany(130g),sos grecki(150g),arbuz(150g) woda mineralna, (250ml) Alergeny:1,6,9,	Salatka z kurczakiem, ryżem i ananasem z jogurtem naturalnym (150g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7	płatki żytnie na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) ,masło(82% tł) (20g) połudwica sopocka parzona(50g) ogórek świeży(80g) Posilek nocny:	Energia: 2154,63 kcal białko: 110,0g tłuszcze: 65,69g węglowodany: 285,43 g kw. tł. nasycone: 36,21 g cukry proste: 32,12 g błonnik: 24,48g sód:987,1 mg

	pomidor (80g) Alergeny:1,7,6,9			jogurt naturalny,(100g) wafel ryżowy 1szt,herbata b/c Alergeny:1,7,6	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł,(20g) jajko gotowane(60g),szynka z piersi indyka(20g) sałata (10g) pomidor (80g) Alergeny:1,7,6,9,3	kasza manna na rosole(300ml) ziemniaki(250g) schab gotowany(130g),sos grecki(150g),jabłko(150g) woda mineralna, (250ml) Alergeny:1,6,9,	Salatka z kurczakiem, ryżem i ananasem z jogurtem naturalnym (150g) ,herbata b /c 250ml Alergeny:7	płatki żytnie na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) „masło(82% tł) (20g) połędwica sopocka parzona((25g),schab B enedykta 25g ogórek świeży 80g,pomidor 50g Posiłek nocny: jogurt naturalny,(100g) wafel gryczany 10g herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2130,51 kcal białko: 103,67g tłuszcze: 71,26g węglowodany: 271,6 g kw. tł. nasycone: 35,85 g cukry proste: 24,69 g błonnik: 30,39g sód:1001,3 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) „szynka z piersi indyka(50g) sałata (10g),kefir(200g) pomidor (80g) Alergeny:1,7,6,9	kasza manna na rosole(300ml) ziemniaki(250g) schab gotowany(130g),sos grecki(150g),jabłko pieczone(150g) woda mineralna, (250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir 200g,herbata b/c 250ml Alergeny:7	płatki żytnie na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) „masło(82% tł) (20g) połędwica sopocka parzona(50g) ogórek świeży(80g) Posiłek nocny: jogurt naturalny,(150g) wafel ryżowy 1szt,herbata b/c Alergeny:1,7,6	Energia: 2004,63 kcal białko: 89,0g tłuszcze: 62,1 g węglowodany: 278,43 g kw. tł. nasycone: 35,21 g cukry proste: 30,12 g błonnik: 21,48g sód:977,1 mg

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 łubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

07.08..2026					
dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Kasza jaglana na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),serek fromage 40g,schab benedykta(30g),sałata 10g papryka 40 ogórek świeży(40g) Alergeny:1,7,6,9,3,10	Zupa pomidorowa z ryżem (300ml),ziemniaki(250g), ryba smażona(130g),bukiet warzyw z maselkiem i bułką tartą(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,4	Budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką 200g ,herbata b/c 250ml Alergeny:1,7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem (250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem (30g) masło 82% tł 20g,półdewica drobiowa(40g),sałatka z pomidora z koperkiem (80g),krakowska drobiowa 20g Posilek nocny: kefir 200g herbata(b/c) 250ml,banan 150g Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2392,09kcal białko:94,87g tłuszcze: 85,49g węglowodany: 322,21g kw. tł. Nasycone: 39,66g cukry proste:29,87 g błonnik: 24,88g sód:1178,99 mg
Łatwostrawna	Kasza jaglana na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),serek fromage 40g,schab benedykta(30g),sałata 10g,ogórek świeży 80g Alergeny:1,7,6,,3,	Zupa pomidorowa z ryżem(300ml),ziemniaki (250g), ryba pieczona w mrożonej włoszczyźnie (,180g),brzoskwinia 150g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,4	Budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką 200g,harbata b/c 250ml Alergeny:1,7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem (30g) masło 82% tł 20g,półdewica drobiowa(40g),sałatka z pomidora z koperkiem (80g),krakowska drobiowa 20g Posilek nocny: kefir 200g herbata(b/c) 250ml, Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2149,87kcal białko:90,582g tłuszcze: 75,81g węglowodany: 290,06g kw. tł. Nasycone: 38,8g cukry proste:27,5g błonnik: 19,13g sód:1002,89 mg

Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Makaron b/j na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20g),,schab benedykta(50g),sałata 10g,ogórek świeży 80g,serek wiejski(200g) Alergeny:1,7,6,3	Zupa pomidorowa z ryżem(300ml),ziemniaki (250g), ryba pieczona w mrożonej włoszczyźnie (,180g),banan150g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,4	Budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką 200g ,herbata b/c 250ml Alergeny:1,7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło 82% tł 20g,półdewica drobiowa(50g),sałatka z pomidora z koperkiem (80g), Posiłek nocny: kefir (200g) herbata(b/c) 250ml, Alergeny:1,7,6,	Energia: 2185,78 kcal białko:107,58g tłuszcze: 70,76g węglowodany: 293,45g kw. tł. Nasycone: 40,97g cukry proste:27,5g błonnik: 40,97g sód: 988,03 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kasza jaglana na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło 82% tł.(20g),,schab benedykta 30g,serek fromage 40g,sałata 10g,ogórek świeży 80g,pomidor 30g Alergeny:1,7,6,3	Zupa pomidorowa z ryżem(300ml),ziemniaki (250g), ryba pieczona w mrożonej włoszczyźnie (,180g),brzoskwinia150g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,4	Budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką 200g,herbata b/c 250ml Alergeny:1,7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem (90g),półdewica drobiowa 50g),sałatka z pomidora z koperkiem 100g posiłek nocny: kefir (200g) herbata(b/c) 250ml, Alergeny:1,7,6	Energia: 2237,22kcal białko:106,74g tłuszcze: 86,26g węglowodany: 263,44g kw. tł. Nasycone: 44,83g cukry proste:28,59g błonnik: 46,14g sód:978,21 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Makaron b/j na mleku-miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem (250ml) pieczywo pszenno-żytnie namoczone w kawie(70g) masło 82% tł.(20g),serek topiony(2szt),półdewica drobiowa mielona(30g),ogórek świeży zblendowany(80g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa pomidorowa z ryżem-miks(300ml),ziemniaki-miks (250g), ryba gotowana-miks (130g),sos grecki-miks(,150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4	Zsiadłe mleko(300ml),zb lendowana brzoskwinia (100g) Alergeny:1	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie moczone w herbacie(70g) ,półdewica drobiowa mielona(50g),pomidor-zblendowany(80g)posiłek nocny: kefir (200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6	Energia: 2067,21kcal białko:84,63g tłuszcze: 68,12g węglowodany: 267,75g kw. tł. Nasycone: 36,45g cukry proste:3854 g błonnik: 26,94g sód:967,32 mg

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 tubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

08.08..2026					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł.(20g)szynka śniadaniowa(25g),jajko gotowane(60g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Alergeny:1,7,6,9,3	Zupa fasolowa(300ml),makaron (200g),„gulasz drobiowy gotowany z marchewką i cukinią(250g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Kisiel niskosłodzony z jabłkiem (2000g)	Płatki owsiane na mleku(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)wędlina wieprzowa zielonogórska(20g),sałatka z ogórka św(80g) Posilek nocny:jogurt naturalny(150g) Alergeny:1,7,6,	Energia: 2476,49 kcal białko:122,05g tłuszcze:88,81g węglowodany: 292,09 g kw. tł. nasycone:43,12g cukry proste: 11,2 g błonnik: 47,71g sód: 1221,34 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł.(20g)szynka śniadaniowa(25g),jajko gotowane(60g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Alergeny:1,7,6,9,3	krupnik(300ml),makaron (200g),„gulasz drobiowy gotowany z marchewką i cukinią(250g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Kisiel niskosłodzony z jabłkiem(200g)	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)wędlina wieprzowa zielonogórska(20g),sałatka z ogórka św(80g) Posilek nocny:jogurt naturalny(150g) Alergeny:1,7,6,	Energia:2350,52kcal białko:112,89 g tłuszcze:85,6g węglowodany: 279,99 g kw. tł. nasycone:41,2g cukry proste:11,22 g błonnik: 40,99g sód: 1121,4 mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z	krupnik(300ml),makaron (200g),„gulasz drobiowy gotowany z marchewką i	Kisiel niskosłodzony z jabłkiem (200g)	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g)	Energia:2349,00kcal białko:109,9 g tłuszcze:81,63g

	mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(10g) masło 82% tł,(20g)szynka śniadaniowa(50g),,sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Alergeny:1,7,6,9,	cukinią(250g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,		masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)wędlina wieprzowa zielonogórska(20g),sałatka z ogórka św(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) Alergeny:1,7,6,	węglowodany: 280,59 g kw. tł. nasycone:39,78g cukry proste:11,52 g błonnik: 40,99g sód:1012,1 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren (90g) masło 82% tł,(20g)szynka śniadaniowa(30g),jajko gotowane(60g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Alergeny:1,7,6,9,3	krupnik(300ml),makaron (200g),,gulasz drobiowy gotowany z marchewką i cukinią(250g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Kisiel niskosłodzony z jabłkiem (200g)	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)wędlina wieprzowa zielonogórska(25g),sałatka z ogórka św(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny Alergeny:1,7,6,	Energia:2311,10kcal białko:110,97 g tłuszcze:88,34g węglowodany: 264,87 g kw. tł. nasycone:41,39g cukry proste:11,21 g błonnik: 45,07g sód:1035,6 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(10g) masło 82% tł,(20g)szynka z śniadaniowa(50g),,sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Alergeny:1,7,6,9,	krupnik(300ml),makaron (200g),,gulasz drobiowy gotowany z marchewką i cukinią(250g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Kisiel niskosłodzony z jabłkiem (200g)	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)wędlina wieprzowa zielonogórska(20g),sałatka z ogórka św(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) Alergeny:1,7,6,	Energia:2349,00kcal białko:109,9 g tłuszcze:81,63g węglowodany: 280,59 g kw. tł. nasycone:39,78g cukry proste:11,52 g błonnik: 40,99g sód:1012,1 mg

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy , 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne