

12.03.2026

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posiłek nocny)	Wartości odżywcze
<b>Podstawowa</b>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20),serek fromage 40g,polędwica drobiowa 25g,sałatka z pomidora z koperkiem(100g)</p> <p>Alergeny:1,7,</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem zabieleną śmietaną 18%(300ml) ziemniaki(250g),pieczeń rzymska z łopatki wieprzowej warzywami(80g),sos pieczeniowy(100g),surówka wiosenna z kapusty białej,rzodkiewki ogórka świeżego i koperku z olejem</p> <p>woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,3,7</p>	<p>bułka grahamka 1/2 z masłem i dżemem niskosłodzonym ,mandarynka 150g,herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:7,1,</p>	<p>ryż na mleku(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g),pasta mięsna drobiowa z warzywami(70g),ogonówka parzona(25g),papryka 40g ,ogórek kiszony 40g</p> <p>Posiłek nocny: kefir(200g),herbata b/c 250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6,,9</p>	<p>Energia: 2181,80 kcal białko: 98,59 g tłuszcze:87,35g węglowodany: 292,63 g kw. tł.45,87 g cukry proste:32,58 g błonnik: 46,79g sód::1071,19 mg</p>
<b>Łatwostrawna</b>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20),serek fromage 40g,polędwica drobiowa(25g) ,sałatka z pomidora z koperkiem(100g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem b/śm(300ml) ,ziemniaki(250g),pieczeń rzymska z łopatki wieprzowej warzywami(80g),sos pieczeniowy(100g),,buraczki (150g)</p> <p>woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,3</p>	<p>bułka grahamka 1/2 z masłem i dżemem niskosłodzonym ,mandarynka 150g,herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:7,1,</p>	<p>ryż na mleku(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g),pasta mięsna drobiowa z warzywami(70g),ogonówka parzona(25g),,pomidor 40g,ogórek kiszony 40g</p> <p>Posiłek nocny: kefir(200g),herbata b/c 250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6,,9</p>	<p>Energia: 2100,89 kcal białko: 100,91g tłuszcze: 75,09 g węglowodany: 257,98g kw. tł. nasycone:44,23 g cukry proste:19,56 g błonnik: 46,32g sód:1180,16 mg</p>
<b>Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20),serek</p>	<p>Manna na rosole(300ml) ,ziemniaki(250g),klops gotowany(70g),sos koperkowy(100g)buraczki(150g)</p>	<p>bułka grahamka 1/2 z masłem i dżemem niskosłodzonym ,mandarynka</p>	<p>ryż na mleku(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),pasta mięsna z mięsa drobiowego z</p>	<p>Energia: 2058,65 kcal białko: 100,01g tłuszcze: 70,71 g węglowodany: 256,6g kw. tł. nasycone:42,33g</p>

	<p>wiejski(200g),polędwica drobiowa(25g) ,sałatka z pomidora z koperkiem(100g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,3</p>	<p>150g,herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:7,1,</p>	<p>warzywami(70g),ogonówka parzona(25g),,pomidor 40g,ogórek kiszony 40g</p> <p>Posiłek nocny: kefir(200g),herbata b/c 250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6,,9</p>	<p>cukry proste:21,8 g</p> <p>błonnik: 42,69 g</p> <p>sód:1168,67 mg</p>
<p><b>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml)</p> <p>kawa zbożowa z mlekiem(250ml)</p> <p>pieczywo razowe(90g)</p> <p>masło 82% tł,(20),serek fromage 40g),polędwica drobiowa(25g) ,sałatka z pomidora z koperkiem(100g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem b/śm(300ml)</p> <p>ziemniaki(250g),pieczeń rzymska z łopatki wieprzowej</p> <p>warzywami(80g),sos pieczeniowy(100g),surówka wiosenna z kapusty białej,rzodkiewki ogórka świeżego i koperku z olejem woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,3</p>	<p>bułka grahamka 1/2 z masłem i szynką,mandarynka</p> <p>150g,herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:7,1,6,9 ,10</p>	<p>ryż na mleku(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml)</p> <p>pieczywo z razowe(90g)</p> <p>masło(82% tł) (20g),pasta mięsna z mięsa drobiowego z warzywami(70g),ogonówka parzona(25g),ogórek świeży(40g)/pomidor 50g</p> <p>Posiłek nocny: kefir(200g),herbata b/c 250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6,,9</p>	<p>Energia: 2176,35 kcal</p> <p>białko: 102,17 g</p> <p>tłuszcze: 86,31 g</p> <p>węglowodany: 269,89 g</p> <p>kw. tł. nasycone:44,59 g</p> <p>cukry proste:22,42g</p> <p>błonnik: 51,59g</p> <p>sód:1122,07 mg</p>
<p><b>Dieta papkowata -potrawy mielone miksowane ,blendowane</b></p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml)</p> <p>kawa zbożowa z mlekiem(250ml)</p> <p>pieczywo pszenno-żytnie(100g)</p> <p>masło 82% tł,(20),serek wiejski(200g),polędwica drobiowa(25g) ,sałatka z pomidora z koperkiem(100g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>Manna na rosole(300ml)</p> <p>,ziemniaki(250g),klops gotowany(70g),sos koperkowy(100g)buraczki(150g)</p> <p>woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,3</p>	<p>kefir 200g,herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:7,</p>	<p>ryż na mleku(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(100g)</p> <p>masło(82% tł) (20g),pasta mięsna z mięsa drobiowego z warzywami(70g),ogonówka parzona(25g),ogórek świeży(80g)</p> <p>Posiłek nocny:jabłko pieczone(200g), kefir(200g),herbata b/c 250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6,,9</p>	<p>Energia: 2083,12 kcal</p> <p>białko: 102,22g</p> <p>tłuszcze: 70,33g</p> <p>węglowodany: 271,39 g</p> <p>kw. tł. nasycone:42,49 g</p> <p>cukry proste:24,65g</p> <p>błonnik: 44,25g</p> <p>sód:1167,63 mg</p>

**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**

13.03.2026

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
<b>Podstawowa</b>	Zupa mleczna z makaronem b/j(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło 82% tł,(20g), serek topiony 17,5g,szynka gotowana(50g),ogórek świeży(40g),papryka 40g  Alergeny:1,7,6,9,10	Krupnik (300ml), ziemniaki(250g)ryba pieczona -filet dorsz 130g,sos cytrynowo-koperkowy 150g,surówka z kapusty pekińskiej 150g jabłko 150gwoda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,4,7	Galaretka z tartym jabłkiem(150g), jogurt naturalny 150g ,herbata b/c 250ml Alergeny:7	Płatki owsiane na mleku 2%(250ml) kawa zbożowa z mlekiem2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) ,pasta z jajka ze szczypiorkiem , twarogiem i majonezem(70g),wędlina szynkowa wieprzowa(25g),pomidor 80g) Posilek nocny:kefir 200g herbata( b/c)(250ml),banan 150g Alergeny:1,7,,3,6,10	Energia: 2217,49 kcal białko:96,49 g Tłuszcze: 81,74 g węglowodany: 292,00 g kw. tł. nasycone:42,85 g cukry proste:38,69 g błonnik: 22,78 g sód:806,43 mg
<b>Łatwostrawna</b>	Zupa mleczna z makaronem b/j(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło 82% tł,(20g), serek topiony 17,5g,szynka gotowana(50g),ogórek kiszony 40g,pomidor 40g  Alergeny:1,7,6,9,10	Krupnik (300ml), ziemniaki(250g)ryba pieczona (filet miruna) w mrożonej włoszczyźnie(300g), jabłko(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,4	Galaretka z tartym jabłkiem(150g) jogurt naturalny 150g herbata b/c 250ml Alergeny:7	Płatki owsiane na mleku 2%(250ml) kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) ,pasta z jajka z koperkiem , twarogiem i majonezem(70g),wędlina szynkowa wieprzowa(25g),pomidor 80g) Posilek nocny:kefir 200g herbata( b/c)(250ml),banan 150g Alergeny:1,7,,3,6,10	Energia: 2172,09 kcal białko:96,43 g Tłuszcze: 76,36 g węglowodany: 291,69 g kw. tł. nasycone:42,56 g cukry proste:42,39 g błonnik: 23,21 g sód: 941,93 mg

<p><b>Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu</b></p>	<p>Zupa mleczna z makaronem b/j(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g), ,szynka gotowana(50g),pomidor 80g</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10</p>	<p>Krupnik (300ml), ziemniaki(250g)ryba gotowana (filet miruna) 130g)sos koperkowy100g,marchewka gotowana150g,jabłko pieczone 150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,4</p>	<p>Galaretka z tartym jabłkiem(150g) jogurt naturalny 150 g ,herbata b/c 250ml Alergeny:7</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 2%(250ml) kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło(82% tł) ,wędlina szynkowa wieprzowa(50g),twaróg chudy 50g,pomidor 80g) Posiłek nocny:kefir 200g herbata( b/c)(250ml),banan 150g Alergeny:1,7,,,6,10</p>	<p>Energia: 2114,78 kcal białko:98,6 g Tłuszcze: 64,55 g węglowodany: 307,26 g kw. tł. nasycone:37,89 g cukry proste:44,11 g błonnik: 19,94 g sód:619,15 mg</p>
<p><b>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></p>	<p>Zupa mleczna z makaronem b/j(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo razowe (90g) masło 82% tł,(20g), serek topiony 17,5g,szynka gotowana(50g),ogórek świeży 80g,pomidor 60g</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10</p>	<p>Krupnik (300ml), ziemniaki(250g)ryba pieczona (filet miruna) w mrożonej włoszczyźnie(300g), jabłko(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,4</p>	<p>Galaretka z tartym jabłkiem(150g) jogurt naturalny 150g,herbata b/c 250ml Alergeny:7</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 2%(250ml) kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł) ,pasta z jajka ze szczypiorkiem , twarogiem i jogurtem naturalnym(70g),wędlina szynkowa wieprzowa(25g),pomidor 80g) Posiłek nocny:kefir 200g herbata( b/c)(250ml),pomarańcza 150g Alergeny:1,7,,3,6,10</p>	<p>Energia: 2144,,44 kcal białko:94,74 g Tłuszcze: 79,42 g węglowodany: 273,74 g kw. tł. nasycone:42,27 g cukry proste:48,43 g błonnik: 29,87 g sód:695,74 mg</p>
<p><b>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</b></p>	<p>Zupa mleczna z makaronem b/j(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g), ,szynka gotowana(50g),ogórek świeży 80g</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10</p>	<p>Krupnik (300ml), ziemniaki(250g)ryba gotowana (filet miruna) 130g)sos koperkowy100g,marchewka gotowana150g,jabłko 150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,4</p>	<p>Galaretka z tartym jabłkiem(150g) jogurt naturalny 150 g ,herbata b/c 250ml Alergeny:7</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 2%(250ml) kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło(82% tł) ,wędlina szynkowa wieprzowa(50g),twaróg chudy 50g,pomidor 80g) Posiłek nocny:kefir 200g herbata( b/c)(250ml),banan 150g Alergeny:1,7,,,6,10</p>	<p>Energia: 2111,84 kcal białko:98,47 g Tłuszcze: 64,5 g węglowodany: 307,08 g kw. tł. nasycone:37,88 g cukry proste:43,47 g błonnik: 19,62 g sód:619,23 mg</p>

**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
<b>Podstawowa</b>	ryż na mleku(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g)szynka z piersi indyka(50g),,ogórek kiszony40g i pomidor 50g  Alergeny:1,7,6,9,	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),makaron(20 0g)gulasz wieprzowy z warzywami 300gkefir (200g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Kisiel niskosłodzony z jabłkiem (250g),herbata b/c 250ml	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),serek twarogowy deliser (1szt17g),ogonówka parzona(50g)ogórek świeży(80g) Posilek nocny:jogurt naturalny 150g Alergeny:1,7,6,	Energia: 2246,3 kcal białko:92,25g tłuszcze:71,73g węglowodany: 309,58 g kw. tł. nasycone:41,57g cukry proste: 21,63 g błonnik: 18,18 g sód: 1096,19 mg
<b>Łatwostrawna</b>	ryż na mleku(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g)szynka z piersi indyka(50g),,ogórek kiszony 40g i pomidor 50g  Alergeny:1,7,6,9,	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),makaron(20 0g)gulasz wieprzowy z warzywami 300gkefir (200g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Kisiel niskosłodzony z jabłkiem(250g), herbata b/c 250ml	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),serek twarogowy deliser (1szt17g),ogonówka parzona parzona(50g)sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Posilek nocny:jogurt naturalny 150g Alergeny:1,7,6,	Energia:2265,9kcal białko:92,5 g tłuszcze:73,43g węglowodany: 309,75 g kw. tł. nasycone:41,79g cukry proste:22,71 g błonnik: 18,76g sód:1179,41 mg
<b>Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu</b>	ryż na mleku(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g)szynka z piersi indyka(50g),,ogórek kiszony40g ,pomidor50g  Alergeny:1,7,6,9,	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),makaron(20 0g)gulasz wieprzowy z warzywami 300gkefir (200g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Kisiel niskosłodzony z jabłkiem (250g),herbata b/c 250ml	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g)pomidor (80g) Posilek nocny:jogurt naturalny 150g Alergeny:1,7,6,	Energia:2214,34kcal białko:91,62 g tłuszcze:67,36g węglowodany: 312,11 g kw. tł. nasycone:38,18g cukry proste: 22,03g błonnik: 16,45g sód:1179,41 mg

<p><b>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></p>	<p>ryż na mleku(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren (90g) masło 82% tł,(20g)szynka z piersi indyka(50g),,ogórek kiszony 40g i pomidor50gg</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,</p>	<p>Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),makaron wieloziarnisty(200g)gulasz wieprzowy z warzywami 300gkefir (200g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7</p>	<p>Kisiel niskosłodzony z jabłkiem(250g), herbata b/c 250ml</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł) (20g),serek twarogowy deliser (1szt17g),ogonówka parzona(50g)ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny 150g Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Energia:2206,88 kcal białko:90,33 g tłuszcze:74,47g węglowodany: 294,48 g kw. tł. nasycone:41,76g cukry proste:21,63 g błonnik: 22,26 g sód:1096,19 mg</p>
<p><b>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</b></p>	<p>ryż na mleku(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g)szynka z piersi indyka(50g),,ogórek kiszony40g ,pomidor50g</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,</p>	<p>Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),ziemniaki (250g)gulasz z warzywami(250g),kefir(200 ml),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7</p>	<p>kisiel niskosłodzony z jabłkiem(250g), herbata b/c 250ml</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g)ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny 150g Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Energia:2083,72 kcal białko:88,44 g tłuszcze:69,01g węglowodany: 295,99 g kw. tł. nasycone:41,15g cukry proste: 21,63 g błonnik:17,12g sód:1192,67 mg</p>

**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**

dieta		15.03.2026			
	Śniadanie	obiad	podwieczorek	Kolacja +posilek nocny	Wartości odżywcze
<b>Podstawowa</b>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),wędlina śląska(90g),ketchup(15g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>Rosół z makaronem(300ml),ziemniaki(250g),udko pieczone(180g),buraczki(150g)woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>	<p>jabłko pieczone 200g,biszkopty 3 szt,herbata b/c 250ml</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),połudwica sopocka parzona(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g),serek topiony 17g</p> <p>Posilek nocny :jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata( b/c) 250ml</p> <p>Alergeny:1,7,6</p>	<p>Energia:2329,4kcal białko:98,59g tłuszcze: 88,86g węglowodany: 270,12g kw. tł. Nasycone:46,04g cukry proste: 34,87 g błonnik: 22,12g sód:1341,98 mg</p>
<b>Łatwostrawna</b>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),schab Benedykta 25g,szynka gotowana 25g,sałatka z pomidora z koperkiem(100g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10</p>	<p>Rosół z makaronem(300ml),ziemniaki(250g),udko gotowane(180g),sos koperkowy(100g),buraczki (150g)woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>	<p>jabłko pieczone 200g,biszkopty 3 szt,herbata b/c 250ml</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),połudwica sopocka parzona(50g),sałata(10g),ogórek kiszony(80g),serek topiony 17 g</p> <p>Posilek nocny :jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata( b/c) 250ml</p> <p>Alergeny:1,7,6</p>	<p>Energia: 2273,43 kcal białko:106,99 g tłuszcze: 86,43g węglowodany: 277,23 g kw. tł. Nasycone: 43,12g cukry proste 38,45g błonnik:22,17g sód 1696,45 mg</p>
<b>Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu</b>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(50g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g)</p>	<p>Rosół z makaronem(300ml),ziemniaki(250g),udko gotowane(180g),sos koperkowy (100g),buraczki(150g)woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>	<p>jabłko pieczone 200g,wafel ryżowy 1 szt,herbata b/c 250ml</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),połudwica sopocka parzona(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g)</p>	<p>Energia: 2211,92 kcal białko: 104,91g tłuszcze: 81,54g węglowodany: 275,24 g kw. tł. Nasycone: 40,01g cukry proste 34,04g błonnik:20,94g sód:1696,45 mg</p>

	Alergeny:1,7,6,9,10			Posiłek nocny :jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata( b/c) 250ml Alergeny:1,7,6	
<b>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(40g) pieczywo razowe 6 ziaren(60g) masło 82% tł,(20g),schab Benedykta 25g,szynka gotowana 25g,sałatka z pomidora z koperkiem(100g)  Alergeny:1,7,6,9,10	Rosół z makaronem(300ml),ziemniaki(250g),udko gotowane(180g) sos koperkowy (100g),kalafior gotowany na parze150g,woda mineralna(250ml)  Alergeny:1,6,9,	jabłko pieczone 200g,wafel ryżowy 1szt,herbata b/c 250ml	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(40g) pieczywo graham(60g) masło(82% tł) (20g),polędwica sopočka parzona(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g),serek topiony 17 g  Posiłek nocny :jogurt naturalny 150g herbata( b/c) 250ml  Alergeny:1,7,6	Energia: 2180,45 kcal białko: 106,97g tłuszcze: 80,4g węglowodany: 268,18g kw. tł. Nasycone:43,82g cukry proste 17,36g błonnik:23,66g sód:1288,34 mg
<b>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</b>	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(50g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g)  Alergeny:1,7,6,9,10	Rosół z makaronem(300ml),ziemniaki(250g),udko gotowane(180g),sos koperkowy (100g),buraczki(150g)woda mineralna(250ml)  Alergeny:1,6,9,	jabłko pieczone 200g,herbata b/c 250ml	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(100) masło(82% tł) (20g),polędwica sopočka parzona(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g)  Posiłek nocny :jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata( b/c) 250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2181,89 kcal białko: 103,65g tłuszcze: 80,31g węglowodany: 258,74 g kw. tł. Nasycone: 39,85g cukry proste 34,69g błonnik:19,49g sód:1322,26 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**

16.03.2026

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
<b>Podstawowa</b>	Makaron b/j na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) szynka z piersi indyka(25g),krakowska drobiowa parzona(25g),sałatka z sałaty lodowej,ogórka i papryki(100g)  Alergeny:1,7,6,9,10	Zupa szpinakowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 18%(300ml),ziemniaki(250g) )fasolka po bretońsku(250g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,10,7	bułka grahamka z masłem i szynką 1/2 szt,jabłko 150g,herbata b/c 250ml  Alergeny:7,1,9,10,6	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g),pomidor(80g),wędlina,szynkowa (50g),serek deliser 17g  Posilek nocny:jogurt naturalny(150g), herbata( b/c)(250ml)  Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2393,12 kcal białko: 96,27 g tłuszcze: 89,17 g węglowodany: 285,4g kw. tł. nasycone: 48,35g cukry proste:16,34 g błonnik: 37,19 g sód:936,56 mg
<b>Łatwostrawna</b>	Makaron b/j na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) szynka z piersi indyka(25g)wędlina krakowska drobiowa(25g), ogórek świeży (100g)  Alergeny:1,7,6,10	Zupa pomidorowa z ryżem(300ml),ziemniaki(250g)klops gotowany(80g) sos jarzynowy 100g),sałata z jogurtem2%(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,7	bułka grahamka z masłem i szynką 1/2 szt,jabłko 150g,kefir 200g herbata b/c 250ml  Alergeny:7,1,9,10,6	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g),pomidor(80g) ,wędlina szynkowa (50g),serek deliser 17g  Posilek nocny:jogurt naturalny( 150g) herbata( b/c)(250ml)  Alergeny:1,7,6,10,	Energia: 2021,1kcal białko: 86,94g tłuszcze: 72,62 g węglowodany:254,84g kw. tł. nasycone: 44,04 g cukry proste:24,54g błonnik 19,32g sód:1085,68 mg
<b>Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	Makaron b/j na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) szynka z piersi indyka(25g)ogonówka parzona(25g),ogórek świeży(100g) Alergeny:1,7,6,	Zupa pomidorowa z ryżem(300ml),ziemniaki(250g)klops gotowany(80g) sos jarzynowy 100g),sałata z jogurtem2%(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,7	bułka grahamka z masłem i szynką 1/2 szt,jabłko 150g,kefir 200g,herbata b/c 250ml  Alergeny:7,1,9,10,6	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) twarożek(100g),pomidor(80g) wędlina szynkowa(20g) Posilek nocny::jogurt naturalny(150g) herbata( b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 1961,45kcal białko: 86,31g tłuszcze: 65,76 g węglowodany 257,24g kw. tł. nasycone: 40,12 g cukry proste:2385g błonnik 17,01g sód:1087,03 mg

<p><b>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></p>	<p>Makaron b/j na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł.(20g) szynka z piersi indyka(25g)ogonówka parzona(25g),ogórek świeży(100g),jogurt naturalny(150g) Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem(300ml),ziemniaki(250g)klops gotowany(80g) sos jarzynowy 100g),sałata z jogurtem2%(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,7</p>	<p>bułka grahamka z masłem i szynką 1/2 szt.,jabłko 150g,kefir 200g,herbata b/c 250ml  Alergeny:7,1,9,10,6</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo z razowe(90g) masło(82% tł) (20g),pomidor(80g) ,wędlna szynkowa (50g),serek deliser 17g Posiłek nocny: jogurt naturalny (150g) herbata( b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,,10,</p>	<p>Energia: 2024,68kcal białko: 87,32g tłuszcze: 78,71 g węglowodany:241,85g kw. tł. nasycone: 46,73g cukry proste:25,79g błonnik 23,46g sód:814,54 mg</p>
<p><b>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</b></p>	<p>Makaron b/j na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20g) szynka z piersi indyka(25g)ogonówka parzona(25g),ogórek świeży(100g) Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem(300ml),ziemniaki(250g)klops gotowany(80g) sos jarzynowy 100g),marchewka gotowana 150g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,7</p>	<p>bułka grahamka z masłem i szynką 1/2 szt.,jabłko pieczone 150g,,kefir 200g,herbata b/c 250ml  Alergeny:7,1,9,10,6</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g) twarożek(100g),pomidor(80g) wędlna szynkowa(20g) Posiłek nocny: jogurt naturalny(150g) herbata( b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10</p>	<p>Energia: 2103,78kcal białko: 100,89g tłuszcze: 73,92 g węglowodany 260,33g kw. tł. nasycone: 45,42 g cukry proste:24,63g błonnik 16,4g sód:853,93 mg</p>

**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**

17.03.2026

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + posiłek nocny	Wartości odżywcze
<b>Podstawowa</b>	<p>Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g)schab w galarecie80g,szynka gotowana 25g,ogórek świeży 80g</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10,</p>	<p>Kapuśniak z kapusty białej(300ml),ziemniaki(250g),eskalopki drobiowe(150g),surówka z marchwi i selera 150ggwoda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7</p>	<p>Sałatka z kalafiora ,jajka i pomidora z koperkiem i jogurtem (150g),herbata b/c 250ml,wafel ryżowy 1 szt</p> <p>Alergeny:3,7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)wędlna wieprzowa zielonogórska(25g),sałatka z pomidora(80g)</p> <p>Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g,herbata b/c 250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Energia:2274,53 kcal białko:119,13g tłuszcze:82,7g węglowodany: 265,08 g kw. tł. nasycone:45,82g cukry proste: 13,52 g błonnik: 50,62g sód:832,53 mg</p>
<b>Łatwostrawna</b>	<p>Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g)schab w galarecie 80g szynka gotowana(25g),,ogórek kiszony 80g</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10,</p>	<p>Rosół z makaronem b/j(300ml),ziemniaki(250g), pierś z kurczaka gotowana(130g),cukinia gotowana na parze (150g),(sos koperkowy(100g),woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Sałatka z kalafiora ,jajka i pomidora z koperkiem i jogurtem (150g),herbata b/c 250ml ,wafel ryżowy 1 szt</p> <p>Alergeny:3,7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)wędlna wieprzowa zielonogórska(25g),sałatka z pomidora(80g)</p> <p>Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g),herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Energia:2162,94kcal białko:120,78 g tłuszcze:76,31g węglowodany: 246,2g kw. tł. nasycone:44,38g cukry proste:12,08 g błonnik: 43,95g sód:887,32 mg</p>

<p><b>Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b></p>	<p>Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20g)szynka gotowana (25g),schab w galarecie 80g,ogórek kiszony (80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10,</p>	<p>Rosół z makaronem b/j(300ml),ziemniaki(250g), pierś z kurczaka gotowana(130g),cukinia gotowana na parze(150g) ,sos koperkowy(100g),woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Salatka z kalafiora , białka jaja i pomidora z koperkiem i jogurtem (150g),herbata b/c 250ml,wafel ryżowy 1 szt</p> <p>Alergeny:3,7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)wędlna wieprzowa zielonogórska(25g),salatka z pomidora(80g)</p> <p>Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g),herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Energia 2159,43:kcal białko:120,97 g tłuszcze:74,82 g węglowodany: 249,17 g kw. tł. nasycone:44,26g cukry proste:10,08 g błonnik: 41,64g sód:887,32</p>
<p><b>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></p>	<p>Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren (90g) masło 82% tł.(20g)schab w galarecie 80g(80g)wędlna szynkowa(25g),ogórek świeży(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10,</p>	<p>Rosół z makaronem b/j(300ml),ziemniaki(250g), pierś z kurczaka gotowana(130g),cukinia gotowana na parze(150g)(,sos koperkowy(100g)woda mineralna(250ml) ,</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Salatka z kalafiora ,jajka i pomidora z koperkiem i jogurtem (150g),herbata b/c 250ml,wafel ryżowy 1szt</p> <p>Alergeny:3,7</p>	<p>Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)wędlna wieprzowa zielonogórska(25g),salatka z pomidora(80g)</p> <p>Posiłek nocny:jogurt naturalny,herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Energia:2162,94kcal białko:120,78 g tłuszcze:76,31g węglowodany: 246,2 g kw. tł. nasycone:44,38g cukry proste:10,08g błonnik: 43,95g sód:887,32 mg</p>
<p><b>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</b></p>	<p>Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20g)szynka gotowana (25g),schab w galarecie 80g,ogórek kiszony (80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10,</p>	<p>Rosół z makaronem b/j(300ml),ziemniaki(250g), pierś z kurczaka gotowana(130g),cukinia gotowana na parze(150g) ,sos koperkowy(100g),woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Salatka z kalafiora , białka jaja i pomidora z koperkiem i jogurtem (150g),herbata b/c 250ml,wafel ryżowy 1 szt</p> <p>Alergeny:3,7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)wędlna wieprzowa zielonogórska(25g),salatka z pomidora(80g)</p> <p>Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g),herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Energia 2159,43:kcal białko:120,97 g tłuszcze:74,82 g węglowodany: 249,17 g kw. tł. nasycone:44,26g cukry proste:10,08 g błonnik: 41,64g sód:887,32</p>

**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**

18.03.2026

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
<b>Podstawowa</b>	<p>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)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,3</p>	<p>Barszcz ukraiński(300ml) ziemniaki(250g)schab gotowany(130g)sos chrzanowy(100g),marchewka gotowana z groszkiem(150g) woda mineralna, (250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Sałatka z kurczakiem, ryżem i ananase z jogurtem naturalnym (150g),herbata b/c 250ml Alergeny:7</p>	<p>ryż 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)</p> <p>Posilek nocny: jogurt naturalny,(150g) wafel ryżowy 1szt,herbata b/c,(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6</p>	<p>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</p>
<b>Łatwostrawna</b>	<p>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)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,3</p>	<p>kasza manna na rosole(300ml) ziemniaki(250g) schab gotowany(130g),sos grecki(150g),jabłko(150g) woda mineralna, (250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Sałatka z kurczakiem, ryżem i ananase z jogurtem naturalnym (150g),herbata b/c 250ml Alergeny:7</p>	<p>ryż 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</p> <p>Posilek nocny: jogurt naturalny,(150g) wafel ryżowy 1szt herbata b/c</p>	<p>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</p>

				Alergeny:1,7,6	
<b>Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	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(150g) woda mineralna, (250ml)  Alergeny:1,6,9,	Sałatka z kurczakiem, ryżem i ananase z jogurtem naturalnym (150g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7	ryż na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) ,masło(82% tł) (20g) połudwica sopočka parzona(50g) ogórek świeży(80g)  Posiłek nocny: jogurt naturalny,(150g) wafel ryżowy 1szt,herbata b/c  Alergeny:1,7,6	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
<b>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	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,	Sałatka z kurczakiem, ryżem i ananase z jogurtem naturalnym (150g) ,herbata b /c 250ml Alergeny:7	ryż na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) ,masło(82% tł) (20g) połudwica sopočka parzona((25g),schab B enedykta 25g ogórek świeży 80g,pomidor 50g  Posiłek nocny: jogurt naturalny,(150g) wafel ryżowy 1sztherbata 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
<b>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</b>	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	ryż na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) ,masło(82% tł) (20g) połudwica sopočka 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:1,7,6	

**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**

19.03..2026					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
<b>Podstawowa</b>	<p>Płatki owsiane na mleku(mleko2%)(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g), serek wiejski(200g)połudwica drobiowa(20g),sałata(10g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem zabieleną śmietaną 18% (300ml),ziemniaki(250g) zraziki duszone z łopatki wieprzowej mielonej(80g),sos pieczeniowy(100g),sałata z jogurtem 100g woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7,</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem(120g), herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:1,3,7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszką manną mleko2%(250ml) kawa zbożowa z mlekiem2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) ,pasta z makreli w sosie pomidorowym z jajkiem i szczypiorkiem(60g),wędlina szynkowa wieprzowa(25g),ogórek kiszony(60g) Posilek nocny:jogurt brzoskwiniowy(150g) herbata( b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9,4,3,6,10</p>	<p>Energia: 2413,51 kcal białko:100,28g Tłuszcze: 86,71g węglowodany: 318,12g kw. tł. nasycone:45,86 g cukry proste:49,64 g błonnik: 44,87g sód:1103,2 mg</p>
<b>Łatwostrawna</b>	<p>Płatki owsiane na mleku(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g), serek wiejski(200g)połudwica drobiowa(20g),sałata(10g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem zabieleną śmietaną 18% (300ml),ziemniaki(250g) zraziki duszone z łopatki wieprzowej mielonej(80g),sos pieczeniowy(100g)sałata z jogurtem(100g) woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7,</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem(120g) herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:1,3,7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszką manną mleko2%(250ml) kawa zbożowa z mlekiem2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) ,pasta z makreli w sosie pomidorowym z jajkiem i szczypiorkiem(60g),wędlina szynkowa wieprzowa(25g),ogórek kiszony(60g) Posilek nocny:jogurt brzoskwiniowy(150g) herbata( b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9,4,3,6,10</p>	<p>Energia: 2413,51 kcal białko:100,28g Tłuszcze: 86,71g węglowodany: 318,12g kw. tł. nasycone:45,86 g cukry proste:49,64 g błonnik: 44,87g sód 1103,2 mg</p>
<b>Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	<p>Płatki owsiane na mleku(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml)</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem b/śmietany (300ml),ziemniaki(250g) klops gotowany(80g),sos</p>	<p>jabłko(150g),wafel ryżowy1szt, herbata b/c 250ml</p>	<p>Zupa mleczna z kaszką manną mleko2%(250ml) kawa zbożowa z mlekiem2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g)</p>	<p>Energia: 2028,92kcal białko:94,28g Tłuszcze: 68,08 g węglowodany: 266,24g</p>

	<p>pieczywo pszenno-żytnie(70g)  pieczywo razowe 6 ziaren(30g)  masło 82% tł,(20g), serek  wiejski(200g)połędwica  drobiowa(20g),sałata(10g),sałat  ka z pomidora z  koperkiem(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>koperkowy(100g)sałata z  jogurtem(100g)woda  mineralna(250ml)  Alergeny:1,6,9,7,</p>		<p>pieczywo graham ze  słonecznikiem(30g)  masło(82% tł) „wędlina szynkowa  wieprzowa(50g),ogórek kiszony(60g)</p> <p>Posiłek nocny:kefir(200g)  herbata( b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9,,6,10</p>	<p>kw. tł. nasycone:40,17 g  cukry proste:24,46g  błonnik: 43,4g  sód:1001,3 mg</p>
<p><b>Z ograniczeniem  łatwo  przyswajalnych  węglowodanów</b></p>	<p>Płatki owsiane na  mleku(mleko2%)(250ml)  kawa zbożowa z  mlekiem(mleko2%)(250ml)  pieczywo razowe 6 ziaren(90g)  masło 82% tł,(20g), serek  wiejski(200g)połędwica  drobiowa(20g),sałata(10g),sałat  ka z pomidora z  koperkiem(100g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>Zupa pomidorowa z  makaronem zabieleną  śmietaną 18%  (300ml),ziemniaki(250g)  zraziki duszone z łopatki  wieprzowej  mielonej(80g),sos  pieczeniowy(100g)sałata z  jogurtem(100g)woda  mineralna(250ml)  Alergeny:1,6,9,7,</p>	<p>jabłko(150g),wa  fel ryżowy1szt  ,herbata b/c  250ml</p>	<p>Zupa mleczna z kaszką  manną(250ml)  kawa zbożowa z mlekiem(250ml)  pieczywo graham ze  słonecznikiem(90g)  masło(82% tł) „pasta z makreli w  sosie pomidorowym z jajkiem i  szczypiorkiem(60g),wędlina  szynkowa wieprzowa(25g),ogórek  kiszony(60g)  Posiłek nocny:kefir (200g)  herbata( b/c)(250ml)  Alergeny:1,7,9,4,3,6,10</p>	<p>Energia: 2184,32kcal  białko:96,9g  Tłuszcz: 84,71 g  węglowodany: 263,55g  kw. tł. nasycone:43,93 g  cukry proste:25,33g  błonnik: 47,5g  sód:996,89 mg</p>
<p><b>Dieta papkowata -  potrawy mielone  miksowane  ,blendowane</b></p>	<p>Płatki owsiane na  mleku(mleko2%)(250ml)  kawa zbożowa z  mlekiem(mleko2%)(250ml)  pieczywo pszenno-żytnie(70g)  pieczywo razowe 6 ziaren(30g)  masło 82% tł,(20g), serek  wiejski(200g)połędwica  drobiowa(20g),sałatka z  pomidora z koperkiem(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>Zupa pomidorowa z  makaronem b/śmietany  (300ml),ziemniaki(250g)  klops gotowany(80g),sos  koperkowy(100g),marchewk  a gotowana 150g woda  mineralna(250ml)  Alergeny:1,6,9,7,</p>	<p>jabłko  pieczone(150g)  herbata b/c  250ml</p>	<p>Zupa mleczna z kaszką manną  mleko2%(250ml)  kawa zbożowa z mlekiem2%(250ml)  pieczywo pszenno-żytnie(70g)  pieczywo graham ze  słonecznikiem(30g)  masło(82% tł) „wędlina szynkowa  wieprzowa(50g),ogórek kiszony(60g)</p> <p>Posiłek nocny:kefir(200g)  herbata( b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9,,6,10</p>	<p>Energia: 2008,92kcal  białko:92,28g  Tłuszcz: 67,08 g  węglowodany: 261,24g  kw. tł. nasycone:38,,17 g  cukry proste:22,46g  błonnik: 41,4g  sód:997,3 mg</p>

**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**

20.03.2026

dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
<b>Podstawowa</b>	<p>Zupa mleczna z makaronem(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),wędlina kociewska(50),serek topiony(2szt),sałatka z sałaty lodowej,ogórka i ,pomidora (80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,10</p>	<p>Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),ryba smażona,miruna filet(150g) surówka z kapusty kiszanej(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,4</p>	<p>budyń niskosłodzony waniliowy z miksowanym ananase(200g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7,</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,pasta z mięsa drobiowego i warzyw(70g),polędwica sopocka parzona(25g) ogórek kiszony(60g) Posilek nocny:jogurt naturalny(150g)  herbata( b/c)(250ml)  Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>Energia: 2379,59 kcal białko:98,1g Tłuszcze: 98,1g węglowodany: 281,25g kw. tł. nasycone:48,69g cukry proste:29,04g błonnik: 20,96g sód:1231,2 mg</p>
<b>Łatwostrawna</b>	<p>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),ogórek świeży 40g,pomidor 40g Alergeny:1,7,6,10</p>	<p>Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),ryba gotowana,miruna filet(130g),sos grecki(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4</p>	<p>budyń niskosłodzony waniliowy z miksowanym ananase(200g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7,</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,pasta z mięsa drobiowego i warzyw(60g),polędwica sopocka parzona(25g) ogórek kiszony(60g) Posilek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata( b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,</p>	<p>Energia:2172,34kcal białko92,73 g tłuszcze:76,26g węglowodany: 255,75g kw. tł. nasycone: 47,67g cukry proste: 32,44 g błonnik: 19,63g sód:1167,9 mg</p>

<p><b>Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu</b></p>	<p>Zupa mleczna z makronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),schab benedykta(50),ogórek świeży 40g,pomidor 40g,kefir (200g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),ryba gotowana,miruna filet(130g),sos grecki(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4</p>	<p>budyń niskosłodzony waniliowy z miksowanym ananase(200g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7,</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,pasta z mięsa drobiowego i warzyw(60g),połędwica sopocka parzona(25g) ogórek kiszony(60g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g)</p> <p>herbata( b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,</p>	<p>Energia:2082,13 kcal białko:97,36g tłuszcze:72,65 g węglowodany: 262,9g kw. tł. nasycone: 40,46g cukry proste:42,16 g błonnik: 19,63g sód:999,56 mg</p>
<p><b>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></p>	<p>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),ogórek świeży 50g,pomidor 50g)kefir (200g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),ryba gotowana,miruna filet(130g),sos grecki(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4</p>	<p>budyń niskosłodzony waniliowy z miksowaną truskawką(200g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7,</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło(82% tł) ,pasta z mięsa drobiowegoj i warzyw(60g),połędwica sopocka parzona(25g) ogórek kiszony(60g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g)</p> <p>herbata( b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,</p>	<p>Energia:2124,43 kcal białko:96,93g tłuszcze:82,59g węglowodany: 249,09g kw. tł. nasycone: 46,24g cukry proste:41,64 g błonnik:23,71 g sód:1008,99 mg</p>
<p><b>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</b></p>	<p>Zupa mleczna z makronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),schab benedykta(50),ogórek świeży 40g,pomidor 40g,kefir (200g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),ryba gotowana,miruna filet(130g),sos grecki(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4</p>	<p>budyń niskosłodzony waniliowy z miksowanym ananase(200g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7,</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,pasta z mięsa drobiowego i warzyw(60g),połędwica sopocka parzona(25g) ogórek kiszony(60g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g)</p> <p>herbata( b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,</p>	<p>Energia:2082,13 kcal białko:97,36g tłuszcze:72,65 g węglowodany: 262,9g kw. tł. nasycone: 40,46g cukry proste:42,16 g błonnik: 19,63g sód:999,56 mg</p>

**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**

21.03.2026

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
<b>Podstawowa</b>	<p>Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g)szynka z piersi indyka(25g),jajko gotowane(60g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,3</p>	<p>Zupa fasolowa(300ml),makaron (200g),„gulasz drobiowy gotowany z marchewką i cukinią(250g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Kisiel niskosłodzony z jabłkiem (2000g)</p>	<p>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,</p>	<p>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</p>
<b>Łatwostrawna</b>	<p>Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g)szynka z piersi indyka(25g),jajko gotowane(60g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,3</p>	<p>krupnik(300ml),makaron (200g),„gulasz drobiowy gotowany z marchewką i cukinią(250g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Kisiel niskosłodzony z jabłkiem(200g)</p>	<p>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,</p>	<p>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</p>

<p><b>Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b></p>	<p>Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(10g) masło 82% tł,(20g)szynka z piersi indyka(50g),,sałatka z pomidora z koperkiem(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,</p>	<p>krupnik(300ml),makaron (200g),,gulasz drobiowy gotowany z marchewką i cukinią(250g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Kisiel niskosłodzony z jabłkiem (200g)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)wędlna wieprzowa zielonogórska(20g),sałatka z ogórka św(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) Alergeny:1,7,6,</p>	<p>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</p>
<p><b>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></p>	<p>Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren (90g) masło 82% tł,(20g)szynka z piersi indyka(30g),jajko gotowane(60g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,3</p>	<p>krupnik(300ml),makaron (200g),,gulasz drobiowy gotowany z marchewką i cukinią(250g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Kisiel niskosłodzony z jabłkiem (200g)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)wędlna wieprzowa zielonogórska(25g),sałatka z ogórka św(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny Alergeny:1,7,6,</p>	<p>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</p>
<p><b>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</b></p>	<p>Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(10g) masło 82% tł,(20g)szynka z piersi indyka(50g),,sałatka z pomidora z koperkiem(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,</p>	<p>krupnik(300ml),makaron (200g),,gulasz drobiowy gotowany z marchewką i cukinią(250g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Kisiel niskosłodzony z jabłkiem (200g)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)wędlna wieprzowa zielonogórska(20g),sałatka z ogórka św(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) Alergeny:1,7,6,</p>	<p>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</p>

**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**