

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z makaronem(300ml) herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł.(20g),jajko gotowane 60g,ogonówka parzona50g,sałatka z sałaty ,ogórka i ,pomidora (80g) Alergeny:1,7,6,10,3	Zupa pomidorowa z ryżem (300ml),ziemniaki(250g),klops mielony smażony z łopatki wieprzowej(90g)sałata z jogurtem(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,	Biszkopty3szt, banan (150g) Alergeny:7,1,3	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,szynka gotowana(50g),sałatka z pomidora z koperkiem (80g),serek deliser 17g Posilek nocny:kefir(200g), herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10	Energia: 2036,42 kcal białko:81,05g Tłuszcze: 85,65g węglowodany:252,75g kw. tł. nasycone:41,64g cukry proste:29,09g błonnik: 18,63g sód:747,9 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z makaronem(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł.(20g),ogonówka parzona(50g),jajko gotowane 60g,sałata 20g,pomidor 80g Alergeny:1,7,6,10	Zupa pomidorowa z ryżem(300ml),ziemniaki(250 g),klops mielony gotowany z łopatki wieprzowej (90g)),sos koperkowy(100g),sałata z jogurtem(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,3	Biszkopty3szt, banan (150g) Alergeny:7,1,3	,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,szynka gotowana(50g)sałatka z pomidora z koperkiem(80g),serek deliser 17g Posilek nocny:kefir(200g), herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10	Energia:1917,66 kcal białko 80,93 g tłuszcze:73,91g węglowodany: 249,39g kw. tł. nasycone: 40,78g cukry proste: 29,72 g błonnik: 18,78g sód:667,79 mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło 82% tł.(20g),ogonówka parzona(50),sałata 20g,pomidor 80g,twaróg chudy 100g Alergeny:1,7,6,	Zupa pomidorowa z ryżem(300ml),ziemniaki(250 g),klops mielony gotowany z łopatki wieprzowej (90g)),sos koperkowy(100g),sałata z jogurtem(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,3	Jogurt naturalny(150g, banan (150g) Alergeny:7,	,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) ,szynka gotowana(50g)sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Posilek nocny:kefir(200g), herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10	Energia:1906,17kcal białko:94,62g tłuszcze:67,06g węglowodany: 248,58g kw. tł. nasycone:37,89g cukry proste:24,81 g błonnik:17,22 g sód:638,45 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych	Zupa mleczna z makaronem(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml)	Zupa pomidorowa z ryżem(300ml),ziemniaki(250 g),klops mielony gotowany z	Jogurt naturalny(150g, jabłko (150g)	,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło(82% tł) ,szynka	Energia:2069,51kcal białko:87,84g tłuszcze:86,56g

węglowodanów	pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło 82% tł.(20g),ogonówka parzona(50g),jajko gotowane 60g,sałatka z sałaty ,ogórka i ,pomidora (100g) Alergeny:1,7,6,	łopatki wieprzowej (90g)),sos koperkowy(100g),sałata z jogurtem(100g),,kalafior gotowany na parze 150g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,3	Alergeny:7,	gotowana(50g)sałatka z pomidora z koperkiem(150g),serek deliser 17g Posiłek nocny:kefir(200g),wafel gryczany 20g herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10	węglowodany: 246,81g kw. tł. nasycone:43,48g cukry proste:27,69 g błonnik:29,05 g sód:932,25 mg
Dieta papkowata -potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z makaronem zmięszana(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie namoczone w kawie(70g) masło 82% tł.(20g),ogonówka parzona zmielony(30g),serek topiony(2szt),ogórek św zblendowany(40g)pomidor40g zblendowany Alergeny:1,7,6,10	Zupa pomidorowa z ryżem(300ml),ziemniaki zmięszane (250g),klops gotowany(100g),sos koperkowy(100g)buraczki zmielone 150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,	Jogurt naturalny(150g, Alergeny:7,	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną zmięszana(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie namoczone w kawie(70g) masło(82% tł) ,szynka gotowana zmielona(50g)sałatka z pomidora z koperkiem zblendowana(80g) Posiłek nocny:kefir(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10	Energia:1976,96 kcal białko 98,13 g tłuszcze:81,23g węglowodany: 219,58g kw. tł. nasycone: 44,55g cukry proste: 18,25 g błonnik: 16,52g sód:993,33 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

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą jaglaną(300 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g)masło82% tłuszczu(20g)serek fromage(40g),połędwica drobiowa(20g),sałatka z sałaty lodowej, papryki i ogórka świeżego(80g) Alergeny:1,7,,9,6	zupa grochowa(300ml),risotto(ryż, warzywa,mięso z piersi kurczaka)(300g),sos pomidorowy(150g) ,jabłko(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir(200g),herbata b/c 250ml Alergeny:7,	,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),pomidor(40g) ,ogórek świeży(40g) Posilek nocny:mus jabłko,gruszka,dynia(100g) sok z buraczka i jabłka(300ml), Alergeny:1,7,6	Energia: 2406,11 kcal białko:97,78g tłuszcze:93,48 g węglowodany:302,47 g kw. tł. nasycone:38,34g cukry proste:54,08g błonnik: 29,55g sód:778,23 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z kaszą jaglaną(300 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g)masło82% tłuszczu(20g)serek fromage(40g),połędwica drobiowa(20g),pomidor 100g Alergeny:1,7,,9,6	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),risotto(ryż, warzywa,mięso z piersi kurczaka)(300g),sos pomidorowy(150g) ,jabłko(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir(200g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7,	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),pomidor(40g) ,ogórek kiszony(40g) Posilek nocny:mus jabłko ,gruszka dynia(100g) sok z buraczka i jabłka(300ml), Alergeny:1,7,6	Energia: 2308,07 kcal białko:87,57g tłuszcze: 90,74g węglowodany: 303,56g kw. tł. nasycone:36,69 g cukry proste: 56,21g błonnik: 22,99g sód:718,55 mg

Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zupa mleczna z kaszą manną(300 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g)masło82% tłuszczu(20g),połędwica drobiowa(50g),sałata(10g), pomidor 100g Alergeny:1,7,,9,6	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),risotto(ryż, warzywa,mięso z piersi kurczaka)(300g),sos pomidorowy(150g) ,jabłko(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir(200g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7,	,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),pomidor(40g) ,ogórek świeży(40g) Posiłek nocny:mus jabłko gruszka ,dynia(100g) sok z buraczka i jabłka(300ml), Alergeny:1,7,6	Energia: 2065,8 kcal białko:86,08g tłuszcze: 65,81g węglowodany: 301,36g kw. tł. nasycone:31,9 g cukry proste: 55,61g błonnik: 20,86g sód:524,89 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z kaszą jaglaną(300 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g)masło82% tłuszczu(20g)serek fromage(40g),połędwica drobiowa(20g),sałatka z sałaty lodowej, pomidora i ogórka świeżego(80g) Alergeny:1,7,,9,6	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),risotto(ryż, warzywa,mięso z piersi kurczaka)(300g),sos pomidorowy(150g) ,jabłko(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir(200g),herbata b/c 250ml Alergeny:7,	,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),pomidor(40g) ,ogórek świeży(40g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata b/c 250ml, Alergeny:1,7,6	Energia: 2145,78 kcal białko:87,32g tłuszcze: 76,93g węglowodany: 279,2g kw. tł. nasycone:35,61 g cukry proste: 31,66g błonnik: 19,7g sód:444,77 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z kaszą manną(250 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie namoczone w mleku(70g) masło82% tłuszczu(20g)serek fromage(40g),połędwica drobiowa zmielona, ogórek zblendowany(80g) Alergeny:1,7,,9,6	Zupa ziemniaczana z zacierką zmiksowana(300ml),risotto(ryż,warzywa,mięso z piersi kurczaka) zmielone rozcieńczone zupą(300g),sos pomidorowy(150g) ,jabłko przetarte(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir(200g) Alergeny:7,	Płatki owsiane na mleku zmiksowane(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie namoczone w mleku(70g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta zmielony,pomidor zblendowany(40g) ogórek świeży zblendowany(40g) Posiłek nocny:mus jabłko,gruszka ,dynia(100g) sok z buraczka i jabłka(300ml), Alergeny:1,7,6	Energia: 2012,34 kcal białko:85,02g tłuszcze:79,4,87g węglowodany:293,30g kw. tł. nasycone:31,32 g cukry proste: 52,3g błonnik: 24,82g sód:934,01 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

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	zacierka na mleku(300ml) herbata miętowa b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) szynka gotowana(25g),krakowska drobiowa parzona(25g),ogórek św 50g,papryka 50g Alergeny:1,7,6,9,10	Krupnik(300ml),ziemniaki(2 50g)fasolka po bretońsku(250g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,10	mus owocowy 100g,jogurt naturalny 100g Alergeny:7	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g)pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem(80g),pomidor(80g) , ,szynkowa (20g) Posilek nocny:serek wiejski 200g herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10,3	Energia: 2355,95 kcal białko: 107,61 g tłuszcze: 98,33 g węglowodany: 268,21g kw. tł. nasycone: 48,15g cukry proste:16,88 g błonnik: 56,79 g sód:816,79 mg
Łatwostrawna	Zacierka na mleku(300ml) herbata miętowa b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) szynka gotowana(25g)wędlna krakowska drobiowa(25g),pomidor 80g Alergeny:1,7,6,10,9	Krupnik(300ml),ziemniaki(2 50g) schab gotowany 130g) sos jarzynowy 100g),sałata z jogurtem2%(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,7	mus owocowy 100g,jogurt naturalny 100g Alergeny:7	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g)pasta z jajka z koperkiem i majonezem(80g),pomidor(80g) ,wędlna szynkowa (20g) Posilek nocny: nocny:serek wiejski 200g herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10,3	Energia: 1966,43kcal białko: 107,76g tłuszcze: 72,91g węglowodany:228,61g kw. tł. nasycone: 42,23g cukry proste:14,57g błonnik 40,99g sód 980,73 mg
Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zacierka na mleku(300ml) herbata miętowa b/c (250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g) szynka gotowana(25g)ogonówka parzona(25g),pomidor 80g Alergeny:1,7,6,,9,10	Krupnik(300ml),ziemniaki(2 50g) schab gotowany 130g) sos jarzynowy 100g),sałata z jogurtem2%(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,7	mus owocowy 100g,jogurt naturalny 100g Alergeny:7	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g) polędwica dr 30g,pomidor(80g) wędlna szynkowa(20g) Posilek nocny::serek wiejski 200g herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10,9	Energia: 2095,26kcal białko: 109,69g tłuszcze: 68,45 g węglowodany 269,66g kw. tł. nasycone: 41,96 g cukry proste:18,8g błonnik 41,34g sód:929,79 mg

Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zacierka na mleku(300ml) herbata miętowa b/c(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł,(20g) szynka gotowana(25g)ogonówka parzona(25g),pomidor 50g,ogórek św 50g, Alergeny:1,7,6,9,10	Krupnik(300ml),ziemniaki(2 50g) schab gotowany 130g) sos jarzynowy 100g),sałata z jogurtem2%(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,7	mus owocowy 100g,jogurt naturalny 100g Alergeny:.,7	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo z razowe(90g) masło(82% tł) (20g)pasta z jajka koperkiem i majonezem(80g),pomidor(80g) ,wędlna szynkowa (20g) Posiłek nocny:serek wiejski 200g herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,,10,3	Energia: 2292,86 kcal białko: 116,6g tłuszcze: 85,43 g węglowodany:261,72g kw. tł. nasycone: 46,3g cukry proste:18,37g błonnik 45,28g sód:1185,09 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zacierka na mleku(250ml) herbata miętowa b/c (250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g) szynka gotowana(25g)ogonówka parzona(25g),pomidor 80g Alergeny:1,7,6,	Krupnik(300ml),ziemniaki(2 50g) schab gotowany 130g) sos jarzynowy 100g),sałata z jogurtem2%(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,7	mus owocowy 100g,jogurt naturalny 100g Alergeny:.,7	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g) polędwica dr 30g,pomidor(80g) wędlna szynkowa(20g) Posiłek nocny::serek wiejski 200g herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10,9	Energia: 2095,26kcal białko: 109,69g tłuszcze: 68,45 g węglowodany 269,66g kw. tł. nasycone: 41,96 g cukry proste:18,8g błonnik 41,34g sód:929,79 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

01.10..2026					
dieta	Śniadanie	obiad	podwieczorek	Kolacja +posilek nocny	Wartości odżywcze
Podstawowa	Płatki orkiszowe na mleku(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),serek topiony 2 szt 34g,półdewica drobiowa(30g),sałata 10g,rzodkiewka 40g,ogórek św 40g Alergeny:1,7,6,9	Zupa brokułowa z makronem zabieleną śmietaną 18% (300ml),ziemniaki(250g) roladki drobiowe duszone,nadziewane cukinią i marchewką(180g)sos pieczeniowy(100g),buraczki 150g(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	banan (150g)wafelek gryczany 1 szt	herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem (30g),schab Benedykta(30g),,zielonogórska wędlna (25g)sałata 10g,pomidor 80g Posilek nocny: jogurt naturalny 100g herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2140,01kcal białko:97,07g tłuszcze: 87,49g węglowodany: 244,5g kw. tł. Nasycone: 44,08g cukry proste:22,2g błonnik: 24,83g sód:1114,45 mg
Łatwostrawna	Płatki orkiszowe na mleku(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),serek topiony 2 szt 34g,półdewica drobiowa(30g),sałata 10g ogórek świeży(80g),jogurt naturalny(150g) Alergeny:1,7,6,9	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki (250g) roladki drobiowe duszone,nadziewane cukinią i marchewką(180g)sos pieczeniowy(100g) buraczki 150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	banan (150g)wafelek gryczany 1 szt	herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem (30g),schab Benedykta(30g), wędlna zielonogórska (25g)sałata 10g,pomidor 80g Posilek nocny: jogurt naturalny 100g herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2109,64kcal białko:96,72g tłuszcze: 75,45g węglowodany: 266,86g kw. tł. Nasycone: 36,49g cukry proste:20,98 g błonnik: 25,56g sód:1101,23 mg
Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Płatki orkiszowe na mleku(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g),,półdewica drobiowa(50g),sałata 10g,pomidor 80g),serek wiejski(200g)	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki (250g) pierś z kurczaka gotowana(130g)sos koperkowy(100g) buraczki (150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	banan (150g)wafelek gryczany1 szt	herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g),schab Benedykta(30g),wędlna zielonogórska (25g),sałata 10g,pomidor 80g Posilek nocny: jogurt naturalny 100g herbata(b/c)250ml	Energia: 2018,07kcal białko:105,3g tłuszcze: 63,4g węglowodany: 262,6g kw. tł. Nasycone: 38,54g cukry proste:19,15g błonnik: 45,67g sód:987,12 mg

	Alergeny:1,7,6,9			Alergeny:1,7,6	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki orkiszowe na mleku(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło 82% tł,(20g),serek topiony 2 szt 34g,półdewica drobiowa(30g),sałata 10g,ogórek św 60g,pomidor 50g serek wiejski(200g) Alergeny:1,7,6,9	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki (250g)roladki drobiowe duszone,nadziewane cukinią (180g)sos pieczeniowy(100g) kalafior gotowany na parze (150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	pomarańcza200g ,wafelek gryczany 1 szt	herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem (30g),schab Benedykta(30g),,wędlina zielonogórska (25g),sałata 10g,pomidor 80g Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2070,19kcal białko:94,8g tłuszcze: 78,19g węglowodany: 251,74g kw. tł. Nasycone: 36,68g cukry proste:20,98g błonnik: 29,64g sód :1101,22 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Płatki orkiszowe na mleku-miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem (250ml) pieczywo pszenno-żytnie namoczone w kawie(70g) masło 82% tł,(20g),serek fromage zmielony40g,półdewica drobiowa mielona(30g),ogórek świeży zblendowany(80g) Alergeny:1,7,6,9	Ryż na rosole(300ml)zmiksowany,zie mniaki (250g)zmiksowane pierś z kurczaka gotowana zmiksowana z sosem(130g)sos koperkowy(100g) marchewka gotowana150g zmiksowana,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	banan zblendowane (150g)jogurt naturalny(150g) Alergeny:7	Zacierka(250ml)zmiksowana herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie moczone w herbacie(70g),schab Benedykta mielony(50g),pomidor-zblendowany(80g) kefir (200g),mus jabłko,banan wiśnia(100g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2072,75kcal białko:116,88g tłuszcze: 75,32g węglowodany: 237,35g kw. tł. Nasycone: 41,72g cukry proste:35,21 g błonnik: 21,82g sód:1001,11mg

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	płatki jaglane na mleku(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) połędwica sopocka parzona(20g),schab w galarecie 80g,sałatka z sałaty lodowej,ogórka i papryki(100g) Alergeny:1,7,6,	Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 18%(300ml),ziemniaki(250g) ryba smażona(130g),surówka z kapusty białej(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,4,7	kanapka(pieczywo razowe) z połędwicą drobiową pomidorem i ogórkiem herbata(b/c)(250ml) Alergeny:7,1,6,9	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) ser edamski(30),pomidor(100g),wędlina szynkowa(25g) Posilek nocny:kefir(200g), herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2105,21 kcal białko: 100,12 g tłuszcze: 82,42 g węglowodany: 243,40g kw. tł. nasycone: 41,07 g cukry proste: 17,84 g błonnik: 25,87 g sód:668,74 mg
Łatwostrawna	płatki jaglane na mleku(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) połędwica sopocka parzona(20g),schab w galarecie 80g,sałata10g,pomidor 40g,ogórek kiszony 40g Alergeny:1,7,6,	Manna na rosole(300ml) ziemniaki(250g),ryba pieczona(130g),sos koperkowy(150g),marchewka gotowana(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4	kanapka(pieczywo graham) z połędwicą drobiową pomidorem i ogórkiem herbata(b/c)(250ml) Alergeny:7,1,6,9	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) twarożek półtłusty(100g),pomidor(100,g),wędlina szynkowa 25g Posilek nocny:kefir(200g), herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 1840,03kcal białko: 105,30g tłuszcze: 64,15 g węglowodany205,90g kw. tł. nasycone: 36,7 g cukry proste:14,19g błonnik 17,93g sód:791,71 mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	płatki owsiane na mleku(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g) połędwica sopocka parzona(20g), schab w galarecie 80g,sałata10g, pomidor 60g,ogórek 60g Alergeny:1,7,6,	Manna na rosole(300ml) ziemniaki(250g),ryba gotowana(160g)sos koperkowy(150g),marchewka gotowana(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,4	kanapka (pieczywo graham)z połędwicą drobiową ,jabłko pieczone 200g herbata(b/c)(250ml) Alergeny:7,1,6,9	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g) twarożek chudy(100g),pomidor(100g) wędlina szynkowa(25g) Posilek nocny:kefir(200g), herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 1806,84 kcal białko: 110,93g tłuszcze: 56,9 g węglowodany208,69g kw. tł. nasycone: 34,0 g cukry proste:14,2g błonnik 115,62g sód:745,65 mg

Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	płatki jaglane na mleku(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) polędwica sopocka parzona(20g), schab w galarecie 80g,sałatka z sałaty lodowej i ogórka świeżego i pomidora(100g) Alergeny:1,7,6,	Manna na rosole(300ml) ziemniaki(250g),ryba gotowana(130g),sos koperkowy(150g),kalafior gotowany(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,4	kanapka(pieczyno razowe) z polędwicą drobiową pomidorem i ogórkiem,brzoskwinia 200g herbata(b/c)(250ml) Alergeny:7,1,6,9	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) twarożek półtłusty(100g),pomidor(100g) ,wędlina szynkowa 25g(Posiłek nocny:kefir(200g), herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,,10	Energia: 2066,93kcal białko: 115,14g tłuszcze: 70,78 g węglowodany238,83g kw. tł. nasycone: 37,04 g cukry proste:26,01g błonnik 26,68g sód: 610,96 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	płatki jaglane na mleku(250ml)zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło 82% tł,(20g) polędwica sopocka parzona(40g)zmiksowana,,schab gotowany 50g zmielonyogórek świeży 100g zblendowany Alergeny:1,7,6,	Manna na rosole(300ml) zmiksowana ziemniaki zmiksowane(250g),ryba gotowana zmiksowana z sosem(130g),sos koperkowy(150g),marchewka gotowana zmiksowana(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,4	Sok multiwitamina (300ml,jogurt naturalny(150g) Alergeny:7,	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną zmiksowana(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) moczone w kawie masło(82% tł) (20g) twarożek(80g)zblendowany,pomidor zblendowany(80g) ,szynkowa wędlina zmiksowana(20g) Posiłek nocny:kefir(200g), herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 1955,98 kcal białko:98,92 g tłuszcze:60,99 g węglowodany255,05 g kw. tł. nasycone: 37,42 g cukry proste: 52,62 g błonnik: 15,03g sód:689,03 mg g

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

03.10.2026					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + posiłek nocny	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą manną(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł.(20g),twarożek półtłusty ze śmietaną 18% 120g,szynka śniadaniowa(25g),pomidor(100g),sałata(10g) Alergeny:1,7,6,	Zupa fasolowa zabieleną śmietaną 18%300ml,ziemniaki (250g),skrzydełko pieczone,(180g),buraczki(150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,,7	gruszka 200g,jogurt nat 100g herbata b/c 250ml, Alergeny:,,7	,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka (20g),pasztet drobiowy(60g),sałatka z ogórka kiszzonego(80g) Posiłek nocny:mus owocowo-warzywny 100g,wafel ryżowy 1 szt,herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9	Energia: 2340,82kcal białko:105,64g tłuszcze: 92,47g węglowodany280,7 g kw. tł. nasycone:48,81g cukry proste:25,59g błonnik: 31,19g sód:1396,16 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z kaszą manną(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł.(20g),twarożek półtłusty 120g,szynka śniadaniowa(25g),pomidor(100g),sałata(10g) Alergeny:1,7,6,	rosół z makaronem (300g),ziemniaki (250g),skrzydełko pieczone,(180g),buraczki(150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9	jabłko200g,jogurt nat 100g herbata b/c 250ml, Alergeny:,,7	,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka (50g),,sałatka z ogórka kiszzonego(80g) Posiłek nocny:mus owocowo-warzywny 100g,wafel ryżowy 1 szt,herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9	Energia: 2019,30kcal białko:100,54g tłuszcze:71,05g węglowodany:254,41 g kw. tł. nasycone:38,84g cukry proste:24,7g błonnik: 22,41g sód:1521,51 mg

Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z kaszą manną(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło 82% tł.(20g),twaróg chudy 150g,szynka śniadaniowa(30g),pomidor(100g), sałata (10g) Alergeny:1,7,6,	rosół z makaronem (300g),ziemniaki (250g),skrzydełko gotowane,(180g)sos koperkowy(100g),buraczki(150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9	jabłko 200g,jogurt nat 100g herbata b/c 250ml, Alergeny:7	,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka (50g),,sałatka z ogórka kiszzonego(80g) Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7,6,9	Energia: 1963,46kcal białko:111,84g tłuszcze:65,44g węglowodany:245,78 g kw. tł. nasycone:37,23 g cukry proste:17,6g błonnik: 16,88g sód::1251,09 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z kaszą manną(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo żytnio-przenne(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł.(20g),twarożek chudy 120g,szynka śniadaniowa(30g),pomidor(100g), sałata(10g) Alergeny:1,7,6,	rosół z makaronem (300g),ziemniaki (250g),skrzydełko gotowane,(180g)sos koperkowy(100g),cukinia gotowana(150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9	jabłko200g,jogurt nat 100g herbata b/c 250ml, Alergeny:7	,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo żytnio-pszenne(70g) pieczywo razowe ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka (50g),,sałatka z ogórka kiszzonego(80g) Posiłek nocny:kefir 200g,herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7,6,9	Energia: 2018,27 kcal białko: 105,27g tłuszcze: 74,51g węglowodany: 237,12g kw. tł. nasycone:43,46 g cukry proste:19,35g błonnik: 42,0g sód :1141,04 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo żytnio-przenne(100g) masło 82% tł.(20g),serek wiejski200g,szynka śniadaniowa(30g),pomidor(100g), Alergeny:1,7,6,	rosół z makaronem (300g),ziemniaki (250g),pierś z kurczaka gotowana,(180g)sos koperkowy(100g),cukinia gotowana(150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9	budyń 300g,herbata b/c 250ml Alergeny:1,,7	ryż na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo żytnio-pszenne(100g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka (50g),,pomidor (80g) Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7,6,9	Energia: 2142,04 kcal białko: 99,54g tłuszcze: 76,04g węglowodany: 248,52g kw. tł. nasycone:42,86 g cukry proste:16,77g błonnik: 22,31g sód:899,22 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

04.10..2026

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	kasza jęczmienna na mleku(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),szynka gotowana(50g),,serek topiony 17g,sałatka z sałaty lodowej ogórka i pomidora(100g) Alergeny:1,7,,9,6,10	Zupa pieczarkowa z makaronem b/j zabieleną 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 jabłkiem 200g ,herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),,polędwica sopocka parzona(30g),,polędwica drobiowa 30grzodkiewka 40g, ogórek świeży 40g ,Posilek nocny:jogurt naturalny 150g herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,,6,9	Energia 2114,87 kcal białko 82,19 g tłuszcze:88,88 g węglowodany:263,28 g kw. tł. nasycone: 44,61 g cukry proste:23,51 g błonnik 25,15g sód:810,99 mg
Łatwostrawna	kasza jęczmienna na mleku(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),szynka gotowana(50g), serek topiony17g, 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 jabłkiem 200g ,herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),,polędwica sopocka parzona(30g),,polędwica drobiowa 30gogórek kiszony(80g) ,Posilek nocny:jogurt naturalny 150g herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,,6,9	Energia:1950,98 kcal białko: 89,22 g tłuszcze:66,50 g węglowodany: 264,,19 g kw. tł. nasycone: 38,64 g cukry proste:25,16 g błonnik:19,71 g sód:1206,69 mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	kasza jęczmienna na mleku(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20g),szynka gotowana(50g)pomidor(100g) Alergeny:1,7,,9,6,10	ryż na rosole(300ml),ziemniaki (250g),schab gotowany (160g),marchewka mini gotowana (150g),sos jarzynowy(100g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	galaretka z jabłkiem 200g ,herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),,wędlna sopocka parzona(30g),,polędwica drobiowa (20g)ogórek kiszony(80g) ,Posilek nocny:jogurt naturalny 150g herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,,6,9	Energia:1899,08 kcal białko: 93,02 g tłuszcze: 61,76 g węglowodany: 258,94 g kw. tł. nasycone: 36,07 g cukry proste: 20,67 g błonnik: 17,15 g sód:1276,66 mg

Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kasza jęczmienna na mleku(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł.(20g),szynka gotowana(50g),pomidor 100g,ogórek św 40g,,serek topiony 17g Alergeny:1,7,,9,6,10	ryż na rosole(300ml),ziemniaki (250g),schab gotowany (130g),kalafior gotowany (150g),sos jarzynowy(100g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	galaretka z jabłkiem 200g ,herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło(82% tł) (20g),,polędwica sopocka parzona(30g),polędwica dr 30g,ogórek kiszony(80g) ,Posiłek nocny:,jogurt naturalny 150g herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,,6,9	Energia:1947,67 kcal białko: 95,77g tłuszcze: 71,34 g węglowodany: 241,23 g kw. tł. nasycone: 40,63 g cukry proste:30,38 g błonnik: 28,6g sód:1209,00 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	kasza jęczmienna 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),polędwica sopocka parzona(50g),pomidor 100g zblendowany Posiłek nocny:mus owocowy 100g,jogurt naturalny 150g ,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 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

05.10.2026					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Płatki owsiane na mleku(300ml),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 kalafiorowa z ziemniakami zabelana śmietaną18%(300ml)makaron z patelni (300g)(łopatka mielona papryka,kukurydza konserwowa,koncentrat pomidorowy,) kompot niskosłodzony wieloowocowy(250ml) Alergeny:1,6,9,7	kisiel niskosłodzony z brzoskwinia(100 g)),wafelek ryżowy(1szt),herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g), szynkowa(20g),pasta z tuńczyka z jajkiem i jogurtem greckim 80g,sałatka z ogórka kiszzonego(80g) Posilek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10,4,3	Energia: 2292,58 kcal białko: 106,72g tłuszcze: 93,44 g węglowodany: 254,83g kw. tł. nasycone: 48,13g cukry proste:13,39 g błonnik: 20,02 g sód:1770,43 mg
Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku(300ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g),masło 82% tłuszczu(20g),serek deliser (17g)),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),kompot niskosłodzony wieloowocowy(250ml) Alergeny:1,6,9,	kisiel niskosłodzony z brzoskwinia(100 g)),wafelek ryżowy(1szt),herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g), szynkowa(20g),pasta z tuńczyka z jajkiem i jogurtem greckim 80g,sałatka z ogórka kiszzonego(80g) Posilek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml), Alergeny:1,7,6,10,3,4	Energia: 2197,4 kcal białko:99,54g tłuszcze: 76,86 g węglowodany: 275,09 g kw. tł. nasycone: 44,10 g cukry proste:13,26 g błonnik: 17,53 g sód:1278,53 mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Płatki owsiane na mleku(300ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie(100g),masło 82% tłuszczu(20g),szynka z piersi indyka(50g),pomidor(80g),sałata(10g)	Zupa ziemniaczana z zacierką(300g),makaron (200g),sos z mięsa mielonego gotowanego z warzywami i koncentratem pomidorowym(300g)kompot niskosłodzony wieloowocowy(250ml)	kisiel niskosłodzony z brzoskwinia(100 g)),wafelek ryżowy(1szt),herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),wędlina szynkowa(50g),ogórek kiszony(80g) Posilek nocny: serek wiejski(150g) herbata(b/c)(250ml),	Energia: 1959,3 kcal białko:108,44 g tłuszcze: 64,17 g węglowodany: 241,76 g kw. tł. nasycone:40,52 g cukry proste:13,00 g błonnik: 38,27 g sód:1276,69 mg

	Alergeny:1,7,6,9	Alergeny:1,6,9,		Alergeny:1,7,6,10	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku(300ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g),masło 82% tłuszczu(20g),,szynka z piersi indyka(50g),serek deliser 17g,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) kompot niskosłodzony wieloowocowy(250ml) Alergeny:1,6,9,	kisiel niskosłodzony z brzoskwinia(100 g)),wafelek ryżowy(1 szt),herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł) (20g),wędlina szynkowa(20g),,pasta z tuńczyka i jajka z jogurtem greckim 80gsałatka z ogórka kiszzonego(80g) Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml), Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2122,22 kcal białko:113,77 g tłuszcze: 82,64 g węglowodany: 236,26 g kw. tł. nasycone:48,22 g cukry proste:26,14 g błonnik: 24,86 g sód:1328,26 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Płatki owsiane na mleku-miks(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie moczone w kawie(100g) ,masło 82% tłuszczu(20g),,szynka z piersi indyka mielona(60g),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,	truskawka miksowana(100 g)Jogurt naturalny(150g),) Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem-miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie moczone w kawie(100g) masło(82% tł) (20g), szynkowa zmielona(50g), ogórek kiszony zblendowany(80g) Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2018,37 kcal białko:106,34 g tłuszcze: 70,49 g węglowodany: 247,46 g kw. tł. nasycone: 43,78 g cukry proste:25,33 g błonnik: 18,03 g sód:1341 90 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

06.10..2026					
dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą manną(300ml) 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) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem(300ml),ziemniaki(250g),udko pieczone(180g),mizeria(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	pomarańcza 200g,biszkopty 3 szt,herbata b/c 250ml Alergeny:1,3,7	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),polędwica sopocka parzona(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g),serek topiony 17g Posilek nocny :jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,6	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:1041,98 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z kaszą manną(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),schab Boryny 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),buraczki (150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	pomarańcza200g ,biszkopy 3 szt,herbata b/c 250ml Alergeny:1,3,7	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),polędwica sopocka parzona(50g),sałata(10g),ogórek kiszony(80g),serek topiony 17 g Posilek nocny :jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,6	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

Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zupa mleczna z kaszą manną(300ml) 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 pieczone200g,wa fel ryżowy 1 szt,herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),polędwica sopocka 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: 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
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z kaszą manną(300ml) 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,	pomarańcza 200g,wafel ryżowy 1szt,herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(40g) pieczywo graham(60g) masło(82% tł) (20g),polędwica sopocka 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
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	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 sopocka 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 tubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

07.10..2026

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z makaronem(300ml) herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),wędlina kociowska(50),jajko gotowane 60g,sałatka z sałaty lodowej,ogórka i ,pomidora (80g) Alergeny:1,7,6,10,3	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250 g),ryba smażona,miruna filet(150g) bukiet warzyw z bułką tartą(marchewka,kalafior,brokuł)(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,4	drożdżówka z owocami 120g Alergeny:7,,1,3	,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,pasta z łopatki wieprzowej i warzyw(60g),polędwica drobiowa(25g) ogórek kiszony(60g) Posilek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9	Energia: 2204,76 kcal białko: 93,3 g tłuszcze: 78,28 g węglowodany284,28 g kw. tł. nasycone:38,22g cukry proste:21,69 g błonnik: 25,07 g sód: 827,79 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z makaronem(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),schab Benedykta(30g),jajko gotowane 60g,ogórek świeży 40g,pomidor 40g Alergeny:1,7,6,10,3	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250 g),ryba gotowana,miruna filet(130g),sos grecki(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4	Drożdżówka z owocami 120g Alergeny:7,,1,3,4	,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,pasta z łopatki wieprzowej i warzyw(60g),polędwica drobiowa(25g) ogórek kiszony(60g) Posilek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,	Energia: 2182,39 kcal białko: 106,78 g tłuszcze:82,18 g węglowodany: 257,78 g kw. tł. nasycone: 46,27 g cukry proste:23,88 g błonnik: 20,06 g sód:689,18 mg

Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z makronem(300ml) 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) Alergeny:1,7,6,	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),ryba gotowana,miruna filet(130g),sos grecki(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4	kefir 200g Alergeny:7,	,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,pasta z łopatk wieprzowej i warzyw(60g),polędwica drobiowa(25g) ogórek kiszony(60g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,	Energia: 2101,99kcal białko: 105,3g tłuszcze:79,3g węglowodany:246,34 g kw. tł. nasycone:45,99 g cukry proste:29,11g błonnik: 22,57g sód:691,99 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z makronem(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło 82% tł.(20g),schab benedykta(30)jajko gotowane 60g,ogórek świeży 50g,pomidor 50g)kefir (200g) Alergeny:1,7,6,3	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),ryba gotowana,miruna filet(130g),sos grecki(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4	Kefir200g ,jabłko 150g Alergeny:7,	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło(82% tł) ,pasta z łopatk wieprzowej i warzyw(60g),polędwica drobiowa(25g) ogórek kiszony(60g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,	Energia: 2098,19kcal białko: 105,42g tłuszcze:84,79g węglowodany:231,32 g kw. tł. nasycone:47,28g cukry proste:29,06g błonnik: 26,65g sód: 701,01 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	makaron na mleku miks(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło 82% tł.(20g),jajko gotowane miks,(60g)schab benedykta(20g),miks,pomidor (100g)zblendowany Alergeny:1,7,,6,3	ryż na rosole(300ml),miks ziemniaki(250g)miks,ryba gotowana,miruna filet(130g)miks,sos grecki miks(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4	kefir 200g,jabłko ,pieczoneAlergeny:7,	kasza jęczmienna na mleku(250g)miks,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło(82% tł) (20g),pasta mięsna(60g) zmiksowana,,ogórek świeży zblendowany(80g),serek homogenizowany naturalny150g miks Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.	Energia: 1999,73kcal białko: 103,56g tłuszcze:80,21g węglowodany:221,78 g kw. tł. nasycone:46,87 g cukry proste:29,01g błonnik: 18,54g sód: 677,89 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