

08.10.2026

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 graham(30g) masło 82% tł,(20g),,ryba filet w zalewie octowej,130g,dżem 25g,gruszka 150g Alergeny:1,7,3,4	Manna na rosole(300g),ziemniaki (250g) ,klops pieczony z mięsa mielonego i kaszy gryczanej 100g,surówka z marchwi i selera(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7, 3	banan 200g,wafel ryżowy 1 szt,herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) ,serek topiony(2szt),szynka śniadaniowa(25g),ogórek świeży(100g) Posilek nocny:serek wiejski 200g herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,	Energia: 2195,72kcal białko:95,59g Tłuszcze: 77,12g węglowodany: 300,38g kw. tł. nasycone:44,35 g cukry proste:35,63 g błonnik: 49,63g sód:612,05 mg
Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(300ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(50g),pomidor 40g,ogórek kisz 40g Alergeny:1,7,6,9,10	Manna na rosole(300ml) ,ziemniaki(250g),klops gotowany(90g),marchewka gotowana(150g),sos koperkowy(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3	banan 200g,wafel ryżowy1 szt,herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) ,serek topiony(2szt),szynka śniadaniowa(25g),pomidor(100g) Posilek nocny:serek wiejski 200g herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,	Energia: 1953,73 kcal białko 87,66 g tłuszcze:76,65g węglowodany: 247,79 g kw. tł. nasycone: 45,78g cukry proste: 15,47 g błonnik: 41,94g sód:738,65 mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Płatki owsiane na mleku(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(50g),ogórek kiszony 40g,pomidor 40g Alergeny:1,7,6,9,10	Manna na rosole(300ml) ,ziemniaki(250g),klops gotowany(90g),marchewka gotowana(150g),sos koperkowy(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3	banan 200g,wafel ryżowy 1 szt,herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) ,,szynka śniadaniowa(50g),pomidor (100g) Posilek nocny:serek wiejski(200g)	Energia: 1870,57 kcal białko 87,34g tłuszcze:69,85g węglowodany: 243,11 g kw. tł. nasycone: 40,31g cukry proste: 14,97 g błonnik:41,61g sód:738,67 mg

				herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(300ml) pieczywo graham(90g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(50g), ,pomidor 50g,ogórek kiszony 50g,gruszka 150g Alergeny:1,7,6,9,10	Manna na rosole(300ml) ,ziemniaki(250g),klops z kaszą gryczaną pieczony 100 g),surówka z marchwi i seler(150g),sos koperkowy(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	pomarańcza200 g,wafel ryżowy 1 szt,herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło(82% tł) „szynka śniadaniowa(40g),serek topiony 1 szt,ogórek świeży(100g), Posiłek nocny:serek wiejski(200g),pomidor(100g), herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10,	Energia: 1976,3 kcal białko: 85,07g tłuszcze:78,81g węglowodany: 242,94g kw. tł. nasycone: 44,25g cukry proste: 26,09 g błonnik: 55,35 g sód:828,54 mg
Dieta papkowata -potrawy mielone miksowane ,blendowane	Płatki owsiane na mleku(250ml),miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło 82% tł,(20g) ,szynka gotowana(50g),miks,,pomidor (100g)zblendowany Alergeny:1,7,6,9,10	Manna na rosole miks(300ml)ziemniaki(250) miks,klops gotowany(70g),mikssos koperkowy 100g miks,marchewka gotowana(150g),miks miks kompot niskosłodzony(250ml) Alergeny:1,6,9,	Mus jabłko,brzoskwinia,banan,gruszka(100g),,banan 150g zblendowany	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło(82% tł) (20g), ,szynka śniadaniowa(50g),pomidor(60g)zblendowany Posiłek nocny:„kefir200g Alergeny:1,7,6,9,10	Energia: 1803,25 kcal białko:70,78g tłuszcze:61,34g węglowodany: 264,79g kw. tł. nasycone:36,18g cukry proste:41,43g błonnik:23,23g sód:998,56 mg

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

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	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), szynka drobiowa z cukinią w galarecie 100g,połędwica sopocka parzona 25g,sałatka z pomidora z koperkiem 80g Alergeny:1,7,6,9,10	zupa ogórkowa zabieleną śmietaną 18% (300ml), naleśniki z twarogiem 2 szt mandarynka 200g woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,7	Galaretka z miksowaną truskawką 150g,jogurt naturalny100g ,herbata b/c 250ml Alergeny:7	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),ogórek świeży 80g) Posilek nocny: herbata(b/c)(250ml),banan 150g,wafel ryżowy 1 szt Alergeny:1,7,,3,6,10	Energia: 2234,83 kcal białko:103,31 g Tłuszcze: 73,84 g węglowodany: 299,89 g kw. tł. nasycone:39,57 g cukry proste:31,67 g błonnik: 20,82 g sód:902,64mg
Łatwostrawna	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), szynka drobiowa z cukinią w galarecie 100g,połędwica sopocka parzona 25g,sałatka z pomidora z koperkiem 80g Alergeny:1,7,6,9,10	zupa marchwianka zabieleną śmietaną 12% (300ml), ryż z musem jabłkowym i cynamonem 300g,mandarynka 200ggwoda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Galaretka z miksowaną truskawką(150g) jogurt naturalny 150g herbata b/c 250ml Alergeny:7	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), Alergeny:1,7,,3,6,10	Energia: 2295,46 kcal białko:86,52 g Tłuszcze: 75,36 g węglowodany: 321,55 g kw. tł. nasycone:39,24 g cukry proste:44,83 g błonnik: 23,15 g sód: 1146,20 mg

Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem b/j(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g), szynka drobiowa z cukinią w galarecie 100g,półdewica sopocka parzona 25g,sałatka z pomidora z koperkiem 80g Alergeny:1,7,6,9,10	zupa marchwianka b/śm (300ml), ryż z musem jabłkowym i cynamonem 300g,banan200gwoda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Galaretka z miksowaną truskawką (150g) jogurt naturalny 100 g ,herbata b/c 250ml Alergeny:7	kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło(82% tł) ,wędlna szynkowa wieprzowa(50g),twaróg chudy 50g,pomidor 80g) Posiłek nocny:kefir 200g herbata(b/c)(250ml), Alergeny:1,7,,,6,10	Energia: 2295,11 kcal białko:91,57 g Tłuszcze: 68,21 g węglowodany: 344,99 g kw. tł. nasycone:36,69 g cukry proste:50,29 g błonnik: 21,10 g sód:957,76 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z makaronem b/j(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo razowe (90g) masło 82% tł,(20g), szynka drobiowa z cukinią w galarecie 100g,półdewica sopocka parzona 25g,sałatka z pomidora z koperkiem 80g Alergeny:1,7,6,9,10	zupa marchwianka zabieleną śmietaną 12% (300ml), ryż brązowy z musem jabłkowym i cynamonem 300g,mandarynka 200gwoda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Galaretka z miksowaną truskawką(150g) jogurt naturalny 150g,herbata b/c 250ml Alergeny:7	kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł) ,pasta z jajka ze szczypiorkiem , twarogiem i jogurtem naturalnym(70g),wędlna szynkowa wieprzowa(25g),pomidor 80g,ogórek św 40g Posiłek nocny:kefir 200g herbata(b/c)(250ml), Alergeny:1,7,,3,6,10	Energia: 2219,57 kcal białko:83,26 g Tłuszcze: 77,72 g węglowodany: 299,84g kw. tł. nasycone:39,86 g cukry proste:49,36 g błonnik: 27,03 g sód:1149,05 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z makaronem b/j(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g), ,szynka drobiowa(50g),pomidor80g Alergeny:1,7,6,9,10	zupa marchwianka b/śm (300ml), ryż z musem jabłkowym i cynamonem 300g,banan200gwoda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Galaretka z miksowaną truskawką(150g) jogurt naturalny 150 g ,herbata b/c 250ml Alergeny:7	Płatki owsiane na mleku 2%(250ml) kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło(82% tł) ,wędlna szynkowa wieprzowa(50g),twaróg chudy 50g,pomidor 80g) Posiłek nocny:kefir 200g herbata(b/c)(250ml),banan 150g Alergeny:1,7,,,6,10	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:919,23 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

10.10..2026					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z ryżem(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) szynka śniadaniowa(25g),szynka z piersi indyka(25g),ogórek świeży(100g) Alergeny:1,7,6,9	rosół z makaronem300gziemniaki(250g)kurczak gotowany(180g, sos koperkowy(100g),buraczki(150g)kompot niskosłodzony ,wieloowocowy (250ml) Alergeny:1,6,9,	kanapka(pieczyno razowe) z polędwicą drobiową pomidorem i ogórkiem ,sok b/c jabłko - pomarańcza 300ml Alergeny:7,1,6,9	herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło(82% tł) ,twarożek półtłusty ze śmietaną 12% 100g,polędwica sopocka parzona(30g) ,pomidor(80g) Posilek nocny:jogurt nat 100g herbata(b/c)(250ml), Alergeny:1,7,6,9	Energia: 2220,83kcal białko: 107,58g tłuszcze: 72,97 g węglowodany 282,79g kw. tł. nasycone: 40,36 g cukry proste:35,63g błonnik 27,51g sód:947,21 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z ryżem(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) szynka śniadaniowa(25g),szynka z piersi indyka(25g),ogórek świeży(100g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem b/j(300g)ziemniaki(250g)kurczak gotowany(180g, sos koperkowy(100g),buraczki(150g)kompot niskosłodzony ,wieloowocowy (250ml) Alergeny:1,6,9,	kanapka(pieczyno razowe) z polędwicą drobiową pomidorem i ogórkiem ,sok b/cjabłko-pomarańcza 300ml Alergeny:7,1,6,9	herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło(82% tł) ,twarożek półtłusty ze śmietaną 12% 100g,polędwica sopocka parzona(30g) ,pomidor(80g) Posilek nocny:jogurt nat 100g herbata(b/c)(250ml), Alergeny:1,7,6,9	Energia: 2220,83kcal białko: 107,58g tłuszcze: 72,97 g węglowodany 282,79g kw. tł. nasycone: 40,36 g cukry proste:35,63g błonnik 27,51g sód:947,21 mg
Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zupa mleczna z ryżem(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło 82% tł,(20g) szynka śniadaniowa(25g),szynka z piersi indyka(25g),ogórek świeży(100g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem b/j(300g)ziemniaki(250g)kurczak gotowany(180g, sos koperkowy(100g),buraczki(150g)kompot niskosłodzony ,wieloowocowy (250ml) Alergeny:1,6,9,	kanapka (pieczywo graham)z polędwicą drobiową pomidorem i ogórkiem herbata(b/c)(250ml), Alergeny:7,1,6,9	herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) ,twarożek chudy 100g,polędwica sopocka parzona(30g) ,pomidor(80g) Posilek nocny:jogurt nat 100g herbata(b/c)(250ml), Alergeny:1,7,6,9	Energia: 2020,06kcal białko: 101,79 g tłuszcze: 63,98 g węglowodany 259,56g kw. tł. nasycone: 35,96g cukry proste:25,6g błonnik 15,69g sód:854,6 mg

Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z ryżem brązowym(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł,(20g) szynka śniadaniowa(25g),szynka z piersi indyka(25g), ogórek świeży(100g),jabłko 150g Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem b/j(300g)ziemniaki(250g)kurczak gotowany(180g, sos koperkowy(100g),kalafior gotowany na parze 150gkompot niskosłodzony ,wieloowocowy (250ml) Alergeny:1,6,9,	kanapka(pieczyno razowe) z polędwicą drobiową pomidorem i ogórkiem herbata(b/c)(250ml), Alergeny:7,1,6,9	herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło(82% tł) ,twarożek chudy 100g,polędwica sopocka parzona(30g) ,pomidor(80g) Posiłek nocny:jogurt nat 100g herbata(b/c)(250ml), Alergeny:1,7,6,9	Energia: 1998,22kcal białko: 100,56 g tłuszcze: 68,7 g węglowodany 244,59g kw. tł. nasycone: 36,33 g cukry proste:27,76g błonnik 24,28g sód:722,27 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z ryżem(250ml)zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło 82% tł,(20g) szynka z piersi indyka25g,szynka śniadaniowa25gzmiksowan,ogórek świeży 100g zblendowany Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem b/j(300ml) miks,ziemniaki250g miks,kurczak gotowanymiks sos koperkowy miks marchewka gotowana miks,kompot niskosłodzony ,wieloowocowy (250ml)miks Alergeny:1,6,9	Sok multiwitamina (300ml,jogurt naturalny(150g) Alergeny:7,	płatki żytnie na mleku(250ml) miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) moczone w kawie masło(82% tł) ,polędwica sopocka parzona(30g) miks, serek fromage (40g),mikspomidor(80g)zblendowan y Posiłek nocny:kefir(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,	Energia: 2124,83 kcal białko:98,06g tłuszcze:70,85 g węglowodany280,13 g kw. tł. nasycone: 39,04 g cukry proste: 46,06 g błonnik: 19,22g sód:1002,01 mg

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

11.10..2026					
dieta	Śniadanie	obiad	podwieczorek	Kolacja +posilek nocny	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(300ml) herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),wędlna kociewska(50),ogonówka parzona30g,ogórek 50g św i ,pomidor 50g Alergeny:1,7,6,10	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),kotlet schabowy smażony(130)sałata z jogurtem nat,2%100g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,	Biskopki3szt, nektarynka(150g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7,1,3	,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,szynka gotowana(50g),serek deliser 1szt,(17g)sałata(10g),sałatka z pomidora z koperkiem (80g) Posilek nocny:serek wiejski(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10	Energia: 2155,68 kcal białko:105,32g Tłuszcze: 89,44g węglowodany: 237,81g kw. tł. nasycone:47,7g cukry proste:13,94g błonnik: 41,35g sód:722,73 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),ogonówka parzona(50g),,ogórek sw 50g,pomidor 50g Alergeny:1,7,6,10	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),schab gotowany(130g),sos jarzynowy(100g),sałata z jogurtem(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,	Biskopki3szt, nektarynka (150g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7,1,3	,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,szynka gotowana(50g),serek deliser 17g,sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Posilek nocny:serek wiejski(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10	Energia:1938,41 kcal białko101,41g tłuszcze:73,82g węglowodany: 225,74g kw. tł. nasycone: 43,16g cukry proste: 13,84 g błonnik: 40,52 g sód 794,66 mg
Łatwostrawna z	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g)	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),schab gotowany(130g),sos jarzynowy(100g),sałata z jogurtem(100g)woda	Jogurt naturalny(150g, jabłko pieczone(200g) ,herbata b/c	,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) ,szynka gotowana(50g)sałatka z pomidora z koperkiem(80g)	Energia:1898,95kcal białko:111,42g tłuszcze:64,44g węglowodany: 229,71g kw. tł. nasycone: 36,43g

ogranicz. Tłuszczu	pieczywo graham (30g) masło 82% tł,(20g),ogonówka parzona(50), ,pomidor (100g), Alergeny:1,7,6,	mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,	250ml Alergeny:7,	Posiłek nocny:twaróg chudy 150g herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,910	cukry proste:16,84 g błonnik: 18,63g sód:851,3 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło 82% tł,(20g),ogonówka parzona(50g),,ogórek 50g i ,pomidor 50g Alergeny:1,7,6,	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250 g),schab gotowany(130g),sos jarzynowy(100g),sałata z jogurtem(100g),woda mineralna(250ml),brokuł gotowany na parze 150g Alergeny:1,6,9,,	Jogurt naturalny(150g, nektarynka150g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7,	,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło(82% tł) ,szynka gotowana(50g),serek deliser 17g,sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Posiłek nocny:serek wiejski(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,910	Energia:1993,53kcal białko:107,89g tłuszcze:80,81g węglowodany: 224,93g kw. tł. nasycone:46,24g cukry proste:12,91 g błonnik:48,13 g sód:805,42 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno _żytnie 100g masło 82% tł,(20g),ogonówka parzona(50g), ,pomidor (100g) Alergeny:1,7,6,	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250 g),schab gotowany(130g),sos jarzynowy(100g),marchewka gotowana (150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,	Jogurt naturalny(150g, jabłko pieczone(150g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7,	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie 100g masło(82% tł) ,szynka gotowana(50g),serek deliser 17g,sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Posiłek nocny:serek wiejski(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,910	Energia1956,33 kcal białko:97,66g tłuszcze:84,15g węglowodany: 20503g kw. tł. nasycone:43,05g cukry proste:16,04 g błonnik:23,73 g sód:986,03 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

12.10..2026

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g)serek topiony 50g,dżem niskosłodzony 25g),,papryka(40g),,ogórek świeży(40g) Alergeny:1,7,6	zupa fasolowa(300 ml,)kasza gryczana(200g)gulasz mięсно- jarzynowy,(włoszczyzna +łopatka wieprzowa)(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z jabłkiem niskosłodzony (200g)	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),sałatka szwabska 150g Posilek nocny:mus jabłko,arbuz,aronia(100g),kefir 200g Alergeny:1,7,6,9,	Energia: 2404,09kcal białko:97,75g tłuszcze:88,54g węglowodany:294,96 g kw. tł. nasycone:41,76g cukry proste: 31,94 g błonnik: 33,58g sód:1123,40 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g)serek topiony 50g,dżem, niskosłodzony 25g,pomidor(80g) Alergeny:1,7,6	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml)kasza jęczmienna(200g),gulasz mięсно- jarzynowy,(włoszczyzna +łopatka wieprzowa)(300g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z jabłkiem niskosłodzony (200g)	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka(50g),ogórek kiszony(60g) Posilek nocny:mus jabłko,arbuz,aronia(100g),kefir 200g Alergeny:1,7,6,9,	Energia:2256,3kcal białko:82,,09g tłuszcze:80,25g węglowodany: 297,45g kw. tł. nasycone:38,98 g cukry proste:28,81g błonnik: 21,51g sód :1024,7 mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g),schab gotowany (50g)dżem niskosłodzony 25g,pomidor(80g) Alergeny:1,7,6	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml)kasza jęczmienna(200g),gulasz mięсно-jarzynowy gotowany,(włoszczyzna +łopatka wieprzowa)(300g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z jabłkiem niskosłodzony (200g)	lkawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g ,szynka z piersi indyka(50g),ogórek kiszony(60g) Posilek nocny:mus jabłko,arbuz,aronia(100g),,kefir 200g Alergeny:1,7,6,9,	Energia:2169kcal białko:82,36 g tłuszcze:71,25g węglowodany: 296,28 g kw. tł. nasycone:35,75g cukry proste: 28,67 g błonnik: 21,51g sód:1002,3 mg

Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo żytnio-pszenne(40g) pieczywo razowe 6 ziaren (60g) masło 82% tł,(20g),,serek topiony 50g,wędlina zielonogórska (20g),sałata(10g),,ogórek świeży(40g),pomidor 40g Alergeny:1,7,6,	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml)kasza gryczana(200g)gulasz mięsno-jarzynowy,(włoszczyzna +łopatka wieprzowa)(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z jabłkiem niskosłodzony (200g)	Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi250mlkawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(40g) pieczywo graham ze słonecznikiem(60g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka(50g),ogórek kiszony(60g) Posiłek nocny:mus jabłko,arbuz,aronia(100g),kefir 200g Alergeny:1,7,6,9,	Energia:2259,81kcal białko:87,03g tłuszcze:81,65g węglowodany: 289,62 g kw. tł. nasycone:39,24g cukry proste: 28,61 g błonnik: 23,52g sód:1011,34 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z ryżem(250ml),miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło 82% tł,(20g) serek topiony(50g),zielonogórska 20g,miks,,ogórek świeży(80g)zblendowany Alergeny:1,7,6	Zupa ziemniaczana z zacierką miks(300ml)ziemniaki(250) miks,gulasz mięsno-jarzynowy,(włoszczyzna +łopatka wieprzowa)(200g) miks woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z jabłkiem niskosłodzony,rzeczony zmiksowany (200g)	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło(82% tł) (20g), poldwica drobiowa(50g),miksogórek kiszony(60g)zblendowany Posiłek nocny:mus jabłko,arbuz,aronia(100g),kefir200g Alergeny:1,7,6,9,	Energia: 2105,64 kcal białko:73,11g tłuszcze:63,05g węglowodany: 285,4g kw. tł. nasycone:31,54g cukry proste:22,27g błonnik:26,42g sód:986,67 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

13.10.2026					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + posiłek nocny	Wartości odżywcze
Podstawowa	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) Alergeny:1,7,	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 woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,7	bułka grahamka 1/2 z masłem i dżemem niskosłodzonym ,mandarynka 150g,herbata b/c 250ml Alergeny:7,1,	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 Posiłek nocny: kefir(200g),herbata b/c 250ml) Alergeny:1,7,6,,9	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::1171,19 mg
Łatwostrawna	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) Alergeny:1,7,6,9	Zupa brokułowa z makaronem b/śm(300ml) ,ziemniaki(250g),pieczeń rzymska z łopatki wieprzowej warzywami(80g),sos pieczeniowy(100g),,buraczki (150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3	bułka grahamka 1/2 z masłem i dżemem niskosłodzonym ,mandarynka 150g,herbata b/c 250ml Alergeny:7,1,	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 Posiłek nocny: kefir(200g),herbata b/c 250ml) Alergeny:1,7,6,,9	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

Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20),serek wiejski(200g),połędwica drobiowa(25g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6,9	Manna na rosole(300ml) ,ziemniaki(250g),klops gotowany(70g),sos koperkowy(100g)buraczki(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3	bułka grahamka 1/2 z masłem i dżemem niskosłodzonym ,mandarynka 150g,herbata b/c 250ml Alergeny:7,1,	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),pasta mięsna z mięsa drobiowego z warzywami(70g),ogonówka parzona(25g),,pomidor 40g,ogórek kiszony 40g Posiłek nocny: kefir(200g),herbata b/c 250ml) Alergeny:1,7,6,,9	Energia: 2058,65 kcal białko: 100,01g tłuszcze: 70,71 g węglowodany: 256,6g kw. tł. nasycone:42,33g cukry proste:21,8 g błonnik: 42,69 g sód:1168,67 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł.(20),serek fromage 40g),połędwica drobiowa(25g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa brokułowa z makaronem b/śm(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 woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3	bułka grahamka 1/2 z masłem i szynką,mandarynka 150g,herbata b/c 250ml Alergeny:7,1,6,9,10	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo z razowe(90g) masło(82% tł) (20g),pasta mięsna z mięsa drobiowego z warzywami(70g),ogonówka parzona(25g),ogórek świeży(40g)/pomidor 50g Posiłek nocny: kefir(200g),herbata b/c 250ml) Alergeny:1,7,6,,9	Energia: 2176,35 kcal białko: 102,17 g tłuszcze: 86,31 g węglowodany: 269,89 g kw. tł. nasycone:44,59 g cukry proste:22,42g błonnik: 51,59g sód:1122,07 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20),serek wiejski(200g),połędwica drobiowa(25g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6,9	Manna na rosole(300ml) ,ziemniaki(250g),klops gotowany(70g),sos koperkowy(100g)buraczki(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3	kefir 200g,herbata b/c 250ml Alergeny:7,	ryż na mleku(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),pasta mięsna z mięsa drobiowego z warzywami(70g),ogonówka parzona(25g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:jabłko pieczone(200g), kefir(200g),herbata b/c 250ml) Alergeny:1,7,6,,9	Energia: 2083,12 kcal białko: 102,22g tłuszcze: 70,33g węglowodany: 271,39 g kw. tł. nasycone:42,49 g cukry proste:24,65g błonnik: 44,25g sód:1167,63 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

14.10..2026

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Płatki żytnie na mleku(mleko2%)(300ml) herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g),ser gouda tłusty 30g wędlna zielonogórska 25g,sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa grochowa 300ml,ryż gotowany 200g,strogonow z mięsa wieprzowego,papryki i pieczarek) 250g woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Drożdżówka z serem(120g)herbata b/c 250ml Alergeny:1,3,7	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),wędlna szynkowa wieprzowa(25g),ogórek kiszony(60g) Posilek nocny:kefir 200g herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,9,4,3,6,10	Energia: 2313,51 kcal białko:97,28g Tłuszcze: 86,71g węglowodany: 268,12g kw. tł. nasycone:45,86 g cukry proste:49,64 g błonnik: 44,87g sód::1221,34mg
Łatwostrawna	Płatki żytnie na mleku(mleko2%)(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g), serek topiony 34g,zielonogórska 25g,sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Alergeny:1,7,6,9	manna na rosole (300ml),ziemniaki(250g) schab gotowany 130g),„sos koperkowy 100g,sałata z jogurtem(100g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,	Drożdżówka z serem(120g),herbata b/c 250ml Alergeny:1,3,7	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 koperkiem 60g),wędlna szynkowa wieprzowa(25g),ogórek kiszony(60g) Posilek nocny:kefir 200g herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,9,4,3,6,10	Energia: 2113,51 kcal białko:92,28g Tłuszcze: 83,71g węglowodany: 278,12g kw. tł. nasycone:45,86 g cukry proste:46,12g błonnik: 35,21g sód:1132,31 mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Płatki żytnie na mleku(mleko2%)(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20g), serek wiejski(200g)wędlna zielonogórska 25g,„sałatka z pomidora z koperkiem(80g)	manna na rosole (300ml),ziemniaki(250g) schab gotowany 130g),„sos koperkowy 100g,marchewka gotowana 150g woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,	jabłko(150g),wa fel ryżowy1szt	kawa zbożowa z mlekiem2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło(82% tł) „wędlna szynkowa wieprzowa(50g),ogórek kiszony(60g) Posilek nocny:kefir(200g) herbata(b/c)(250ml)	Energia: 1928,92kcal białko:94,28g Tłuszcze: 68,08 g węglowodany: 266,24g kw. tł. nasycone:40,17 g cukry proste:24,46g błonnik: 43,4g sód:1178,11 mg

	Alergeny:1,7,6,9			Alergeny:1,7,9,,6,10	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki żytnie na mleku(mleko2%)(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło 82% tł,(20g), serek topiony 34g,zielonogórska 25g,sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6,9	manna na rosole (300ml),ziemniaki(250g) schab gotowany 130g),,sos koperkowy 100g,sałata z jogurtem(100g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,	jabłko(150g),wa fel ryżowy1szt,herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł) ,pasta z makreli w sosie pomidorowym z jajkiem i koperkiem(60g),wędlina szynkowa wieprzowa(25g),ogórek kiszony(60g) Posiłek nocny:kefir (200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,9,4,3,6,10	Energia: 1965,32kcal białko:93,9g Tłuszcze: 84,71 g węglowodany: 263,55g kw. tł. nasycone:43,93 g cukry proste:25,33g błonnik: 47,5g sód 1156,,33 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Płatki żytnie na mleku(mleko2%)(250ml)zmiksowane kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie z mlekiem masło 82% tł,(20g), serek wiejski)zmielony polędwica drobiowa(20g) zmielona,,pomidor zblendowany(80g) Alergeny:1,7,6,9	manna na rosole (300ml),ziemniaki(250g)zblendowane,, szynka gotowana 130g,zmielona,zmiksowany sos jarzynowy(100g),zmiksowany,marchewka gotowana zmiksowana(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	jabłko(150g),zblendowane	Zupa mleczna z ryżemmleko2%(250ml) kawa zbożowa z mlekiem2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie z mlekiem masło(82% tł) ,pasta z makreli w sosie pomidorowym z jajkiem i szczypiorkiem zmielona(60g),wędlina szynkowa wieprzowa zmielona(25g),ogórek kiszony zblendowany(60g) Posiłek nocny:kefir(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,9,4,3,6,10	Energia:1912,19 kcal białko:93,71,g Tłuszcze: 70,9 g węglowodany: 233,28g kw. tł. nasycone:42,12 g cukry proste:25,83g błonnik: 38,47g sód:877,34 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

15.10.2026

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posiłek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Kasza jaglana na mleku(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g),serek fromage 40g,schab benedykta(30g),sałata 10g papryka 40 ogórek świeży(40g) Alergeny:1,7,6,	zupa jarzynowa(300ml),ziemniaki(2 50gr)ryba smażona(130g),surówka z kapusty kiszonej(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,4	Budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką 200g ,herbata b/c 250ml Alergeny:1,7	kawa zbożowa z mlekiem (250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem (30g) masło 82% tł 20g,półdewica sopocka(40g),sałatka z pomidora z koperkiem (80g),krakowska drobiowa 20g Posiłek nocny: kefir 200g herbata(b/c) 250ml, Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2125,43kcal białko:88,69g tłuszcze: 78,26g węglowodany: 276,45g kw. tł. Nasycone: 37,34g cukry proste:22,7 g błonnik: 24,79g sód:1256,41 mg

Łatwostrawna	Kasza jaglana na mleku(300 ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),serek fromage 40g,schab benedykta(30g),sałata 10g,ogórek świeży 80g Alergeny:1,7,6,,	zupa koperkowa z ryżem(300ml),ziemniaki (250g), ryba pieczona (130g),sos grecki,(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,4	Budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką 200g,herbata b/c 250ml Alergeny:1,7	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem (30g) masło 82% tł 20g,półdewica sopocka(40g),sałatka z pomidora z koperkiem (80g),krakowska drobiowa 20g Posiłek nocny: kefir 200g herbata(b/c) 250ml, Alergeny:1,7,6,10	Energia: 1967,65 kcal białko:83,96 g tłuszcze: 76,3 g węglowodany: 239,12 g kw. tł. Nasycone: 38,59g cukry proste:22,81g błonnik: 18,74 g sód:680,61 mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Makaron b/j na mleku(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g),,schab benedykta(50g),sałata 10g,ogórek świeży 80g,serek wiejski(200g) Alergeny:1,7,6,	zupa koperkowa z ryżem b/śm(300ml),ziemniaki (250g), ryba gotowana (130g),sos grecki,(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4	Budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką 200g ,banan 150g,herbata b/c 250ml Alergeny:1,7	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło 82% tł 20g,półdewica sopocka(50g),sałatka z pomidora z koperkiem (80g), Posiłek nocny: kefir (200g) herbata(b/c) 250ml, Alergeny:1,7,6,	Energia: 1926,02 kcal białko:90,23g tłuszcze: 59,11g węglowodany: 273,46 g kw. tł. Nasycone: 32,62g cukry proste:27,55g błonnik: 17,43g sód: 588,82 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kasza jaglana na mleku(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło 82% tł,(20g),,schab benedykta 30g,serek fromage 40g,sałata 10g,ogórek świeży 80g,pomidor 30g Alergeny:1,7,6,	zupa koperkowa z ryżem(300ml),ziemniaki (250g), ryba pieczona (130g),s0s grecki,(150g), jabłko 150g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4	Budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką 200g,herbata b/c 250ml ,nektarynka 150g Alergeny:1,7	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem (90g),półdewica sopocka 50g),sałatka z pomidora z koperkiem 100g posiłek nocny: kefir (200g) herbata(b/c) 250ml, Alergeny:1,7,6	Energia: 2012,56 kcal białko:83,49 g tłuszcze: 79,1g węglowodany: 243,79 g kw. tł. Nasycone: 38,54 g cukry proste:28,22 g błonnik: 25,38 g sód: 719,86 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Makaron b/j na mleku-miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem (250ml) pieczywo pszenno-żytnie	zupa koperkowa z ryżem miks(300ml),ziemniaki-miks (250g), ryba gotowana-miks (130g),sos grecki-miks(,150g)woda	Zsiadłe mleko(300ml),zb lendowana brzoskwinia (100g)	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie moczone w herbacie(70g) ,sopocka mielona(50g),pomidor-	Energia: 2067,21kcal białko:84,63g tłuszcze: 68,12g węglowodany: 267,75g kw. tł. Nasycone: 36,45g

	namoczone w kawie(70g) masło 82% tł,(20g),serek topiony(2szt),połędwica drobiowa mielona(30g),ogórek świeży zblendowany(80g) Alergeny:1,7,6,9	mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4	Alergeny:1	zblendowany(80g)posiłek nocny: kefir (200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6	cukry proste:3854 g błonnik: 26,94g sód:657,32 mg

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

16.10..2026					
dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posiłek nocny)	Wartości odżywcze

Podstawowa	Zupa mleczna z ryżem(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g), twarożek z rzodkiewką 100g,szynka śniadaniowa(25g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Alergeny:1,7,6,9	barszcz ukraiński (300ml), ,makaron zapiekany ze szpinakiem 250g,sos czosnkowy(serek waniliowy,jogurt naturalny,majonez(80g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,10,3	jabłko pieczone 200gwafel ryżowy 1 szt,herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) ,szynka z piersi indyka(25g),paprykarz(80g)(ryba gotowana,ryż ,włoszczyzna,koncentrat pomidorowy,ketchup),ogórek kiszony(50g) Posiłek nocny:jogurt brzoskwiniowy herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,9,4	Energia: 2399,54 kcal białko:90,72g Tłuszcze: 89,73 g węglowodany: 309,97g kw. tł. nasycone:35,96 g cukry proste:31,14 g błonnik: 30,9g sód: 1300,01 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z ryżem(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g), twarożek chudy 100g,szynka śniadaniowa(25g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Alergeny:1,7,6,9	zupa marchwianka(300g),,pierogi leniwe gotowane ,(300g)(twaróg,mąka,jajka)jabłko(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	jabłko pieczone 200gwafel ryżowy 1 szt,herbata b/c 250ml	Zacierka na mleku (mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) ,szynka z piersi indyka(25g),paprykarz(80g)(ryba gotowana,ryż ,włoszczyzna,koncentrat pomidorowy,ketchup),ogórek kiszony(50g) Posiłek nocny:jogurt brzoskwiniowy herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,9,4	Energia: 2375,3 kcal białko:110,34g Tłuszcze: 85,21 g węglowodany: 298,12g kw. tł. nasycone:51,15 g cukry proste:38,22 g błonnik: 22,93g sód:1122,43 mg

Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zupa mleczna z ryżem(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20g), twarożek chudy 100g,szynka śniadaniowa(25g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Alergeny:1,7,6,9	zupa marchwianka b/śm(300g),,pierogi leniwe gotowane(300g)(twaróg,mąka,jajka)jabłko(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	jabłko pieczone 200gwafel ryżowy 1 szt,herbata b/c 250ml	Zacierka na mleku (mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) ,szynka z piersi indyka(25g),paprykarz(80g)(ryba gotowana,ryż ,włoszczyzna,koncentrat pomidorowy,ketchup),ogórek kiszony(50g) Posiłek nocny:jogurt brzoskwiński herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,9,4	Energia: 2298,09kcal białko:92,82g Tłuszcze: 66,92 g węglowodany: 335,18g kw. tł. nasycone:38,01 g cukry proste:50,38 g błonnik: 25,42g sód:1101,55 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z ryżem(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło 82% tł.(20g), twarożek chudy,szynka śniadaniowa(25g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Alergeny:1,7,6,9	zupa marchwianka b/śm(300g),,pierogi leniwe gotowane(300g)(twaróg,mąka,jajka)jabłko(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	jabłko pieczone 200gwafel gryczany 1 szt,herbata b/c 250ml	Zacierka na mleku (mleko2%)(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł) ,szynka z piersi indyka(25g),paprykarz(80g)(ryba gotowana,ryż ,włoszczyzna,koncentrat pomidorowy,ketchup),ogórek kiszony(50g) Posiłek nocny:jogurt naturalny herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,9,4	Energia: 2201,29kcal białko:90,82g Tłuszcze: 65,32 g węglowodany: 330,28g kw. tł. nasycone:36,11 g cukry proste:48,28 g błonnik: 24,13g sód:1101,22 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z ryżem(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g), masło 82% tł.(20g), szynka drobiowa zmielona(50g)cukinia zmiksowana(70g),sopocka parzona zmielona(25g),pomidor zblendowany(80g) Alergeny:1,7,6,9	marchwianka zmiksowana(300g),,z dodatkiem ziemniaków gotowanych 50g+schab gotowany zmielony(100g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Kisiel niskosłodzony z jabłkiem rozrzedzony(150g),kefir 200g) Alergeny:7	Zacierka na mleku zmiksowana (mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie (100g) masło(82% tł) ,szynka z piersi indyka zmielona(25g),paprykarz zmielony(80g)(ryba gotowana,ryż ,włoszczyzna,koncentrat pomidorowy,ketchup), Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,9,4	Energia: 2134,1 kcal białko:98,3g Tłuszcze: 65,12 g węglowodany: 237,12g kw. tł. nasycone:31,2 g cukry proste:36,7 1g błonnik: 16,42g sód::970,66 mg

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

17.10..2026

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z makaronem(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),wędlna ślaska na gorąco (90g)sałatka z pomidora z koperkiem(100g),ketchup(15g) Alergeny:1,7,9,10	Zupa pomorska zabieleną śmietaną 18%(300ml),ziemniaki(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej(70g),jabłko(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Jogurt truskawkowy (150g),wafel ryżowy (1szt) Alergeny:7	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),sałata (10g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny :serek wiejski(200g) herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2156,44kcal białko:944,97g tłuszcze: 94,62g węglowodany: 248,29g kw. tł. Nasycone: 51,85g cukry proste: 31,6 g błonnik: 40,61g sód:867,02 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z makaronem(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),szynka śniadaniowa (50g),serek topiony 17g sałatka z pomidora z koperkiem(100g), Alergeny:1,7,9	Zupa pomorska zabieleną śmietaną 18% (300ml),ziemniaki(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej(70g),jabłko(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Jogurt truskawkowy (150g),wafel ryżowy (1szt) Alergeny:7	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),sałata (10g),ogórek kiszony(80g) Posilek nocny :serek wiejski(200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6,10	Energia:2056,23 kcal białko:98,97g tłuszcze: 94,62g węglowodany: 251,29g kw. tł. Nasycone: 51,85g cukry proste: 31,6 g błonnik: 40,61g sód: 1151,34,mg

Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20g),szynka śniadaniowa 50g sałatka z pomidora z koperkiem(100g), Alergeny:1,7,9,6	Zupa pomorska (300ml),ziemniaki(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej(70g),jabłko(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,3	Jogurt naturalny-(150g),wafel ryżowy 1szt Alergeny:7	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),sałata (10g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny :serek wiejski(200g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2006,44kcal białko:95,02,97g tłuszcze: 84,62g węglowodany: 248,29g kw. tł. Nasycone: 50,85g cukry proste: 31,6 g błonnik: 40,61g sód:998,01 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z makaronem(300ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),szynka śniadaniowa 50g,serek topiony 17g sałatka z pomidora z koperkiem(100g), Alergeny:1,7,9	Zupa pomorska (300ml),ziemniaki(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej(70g),jabłko(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,3	Jogurt naturalny (150g),wafel ryżowy (1szt) Alergeny:7	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),sałata (10g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny :serek wiejski(200g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2132,14 kcal białko: 96,46g tłuszcze: 95,30g węglowodany: 235,5 g kw. tł. Nasycone: 52,45g cukry proste 13,6g błonnik:37,46g sód:966,01 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z makaronem miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie zmiękczone kawą(70g) masło 82% tł.(20g),wędlina drobiowa miks(90g)sałatka z pomidora z koperkiem-zblendowana(100g),ketchup(15g)) Alergeny:1,7,9	Zupa pomorska - miks(300ml),ziemniaki-miks(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej zmiksowany(70g),jabłko(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Jogurt truskawkowy (150g),miks Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem-miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie namoczone w kawie(70g) masło(82% tł) (20g),ogonówka zmielona(50g),ogórek świeży zblendowany(80g) Posiłek nocny :serek wiejski-miks(200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2049,34kcal białko:91,63g tłuszcze: 89,42g węglowodany: 211,29g kw. tł. Nasycone: 48,25g cukry proste: 12,1g błonnik: 38,61g sód:898,56 mg

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