

06.07.2026	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE,GOR,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Sałatka z fasoli, ogórka i sałaty 50 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałatka z fasoli, ogórka i sałaty 50 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,)Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE,GOR,	
Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami*.350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, Makaron 200 g (GLU PSZ,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Mus z jabłek prażonych 100 g Surówka z marchwi z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami*.350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Surówka z marchwi z olejem 100 g Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami*.350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,)Makaron 200 g (GLU PSZ,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,)Surówka z marchwi z olejem 100 g Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g(GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Rzodkiew biała 50 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,)Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ, Masło extra 82% 10 g (MLE,)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rzodkiew biała 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Sałata lodowa 20 g
Przekąska nocna	Brzoskwinia 150 g	Brzoskwinia 150 g	Brzoskwinia 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2007.59 kcal; Białko ogółem: 75.51 g; Tłuszcz: 53.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; Węglowodany ogółem: 326.89 g; W tym cukry: 73.49 g; Błonnik pok.: 30.06 g; Sód: 2456.95 mg	Wartość energetyczna: 1837.24 kcal; Białko ogółem: 74.15 g; Tłuszcz: 57.99 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 283.92 g; W tym cukry: 42.07 g; Błonnik pok.: 35.53 g; Sód: 2520.49 mg	Wartość energetyczna: 2007.34 kcal; Białko ogółem: 75.42 g; Tłuszcz: 51.30 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; Węglowodany ogółem: 323.55 g; W tym cukry: 74.97 g; Błonnik pok.: 21.42 g; Sód: 1997.47 m

07.07.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆCZ,)Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g(GLU PSZ, GLU ŻYT,)Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Dżem 25 g 2 szt. Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆCZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆCZ,)Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Dżem 25 g 2 szt. Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Sałata zielona 20 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,)Ser żółty 30 g (MLE,)	
Obiad	Brokułowa z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Szynka wieprzowa pieczona 200 g Sos meksykański z fasolą 50 g (GLU PSZ,) Surówka z kapusty białej z olejem drobno tarta 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 350 ml(GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Szynka wieprzowa pieczona 200 g Sos własny* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z kapusty białej z olejem drobno tarta 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 350 ml(GLU PSZ, MLE, SEL,)Ryż na sypko z kurkumą 200 g Szynka wieprzowa pieczona 200 g Sos własny* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g(GLU PSZ, GLU ŻYT,)Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,)Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g(GLU PSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Pomidor 50 g
Przekąska nocna	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2025.97 kcal; Białko ogółem: 119.85 g; Tłuszcz: 45.88 g; Kw. tł. nasy.: 21.55 g; Węglowodany ogółem: 304.79 g; W tym cukry: 85.43 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sód: 2224.99 mg	Wartość energetyczna: 2039.60 kcal; Białko ogółem: 132.11 g; Tłuszcz: 59.28 g; Kw. tł. nasy.: 30.30 g; Węglowodany ogółem: 272.00 g; W tym cukry: 46.08 g; Błonnik pok.: 28.41 g; Sód: 2422.30 mg	Wartość energetyczna: 2067.47 kcal; Białko ogółem: 121.56 g; Tłuszcz: 45.89 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; Węglowodany ogółem: 305.96 g; W tym cukry: 83.89 g; Błonnik pok.: 19.52 g; Sód: 1875.45 m

08.07.2026	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE,)Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g(GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g (GLU PSZ, SOJ,MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Buraczki gotowane talarki 50g	Masło extra 82% 10 g (MLE,)Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g (GLU PSZ, SOJ,MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Buraczki gotowane talarki 50 g Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g(GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,)Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g (GLU PSZ, SOJ,MLE, może zawierać: JAJ, SEL,GOR,)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2szt Buraczki gotowane talarki 50 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,)Twaróg półtłusty 30 g (MLE,)	
Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,)Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z marchwi z olejem drobno tarta 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml(GLU PSZ, MLE, SEL,)Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ,JAJ,)Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ,MLE,)Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi z olejem drobno tarta 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,)Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z marchwi z olejem drobno tarta 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g(GLU PSZ, GLU ŻYT,)Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ,) Ogórek świeży 50 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ,MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ,) Ogórek świeży 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Sałatka z pomidorów i tuńczyka z koperkiem 100 g (RYB,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
Przekąska nocna	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 1831.74 kcal; Białko ogółem: 73.55 g; Tłuszcz: 48.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.71 g; Węglowodany ogółem: 297.34 g; W tym cukry: 75.98 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sód: 2966.62 mg	Wartość energetyczna: 1660.28 kcal; Białko ogółem: 73.98 g; Tłuszcz: 49.09 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 258.19 g; W tym cukry: 45.13 g; Błonnik pok.: 28.08 g; Sód: 2844.93 mg;	Wartość energetyczna: 1872.00 kcal; Białko ogółem: 77.18 g; Tłuszcz: 47.43 g; Kw. tł. nasy.: 17.99 g; Węglowodany ogółem: 297.90 g; W tym cukry: 78.98 g; Błonnik pok.: 19.70 g; Sód: 2412.44 mg

09.07.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Paszтет z blachy-drobiowo wieprzowy 80 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,)Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,)Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
II śniadanie		Masło extra 82% 5 g (MLE,)Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,)Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ,	
Obiad	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ,MLE, SEL,) Fasolka po bretońsku 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() drobno tarta 100 g Szpinak gotowany z olejem.* 100 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot z aronii* b/c 250 ml	Jęczmienna * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ,)Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ,) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () drobno tarta 100 g Szpinak gotowany z olejem.* 100 g (GLU PSZ, MLE,)Kompot z aronii* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ,MLE, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ,)Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ,)Szpinak gotowany z olejem.* 100 g(GLU PSZ, MLE,)Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Słupki z marchewki 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Słupki z marchewki 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek a`la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Pomidor 50 g
Przekąska nocna	Banan 150 g	Jabłko 150 g	Banan 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2415.86 kcal; Białko ogółem: 86.89 g; Tłuszcz: 97.54 g; Kw. tł. nasy.: 37.08 g; Węglowodany ogółem: 327.29 g; W tym cukry: 73.04 g; Błonnik pok.: 38.12 g; Sód: 4017.97 mg;	Wartość energetyczna: 1998.36 kcal; Białko ogółem: 90.70 g; Tłuszcz: 79.87 g; Kw. tł. nasy.: 32.47 g; Węglowodany ogółem: 261.21 g; W tym cukry: 38.09 g; Błonnik pok.: 35.65 g; Sód: 2607.60 mg	Wartość energetyczna: 1880.21 kcal; Białko ogółem: 77.85 g; Tłuszcz: 52.02 g; Kw. tł. nasy.: 19.06 g; Węglowodany ogółem: 289.22 g; W tym cukry: 76.32 g; Błonnik pok.: 21.94 g; Sód: 1906.98 mg

10.07.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt. Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ,) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl. M 1 szt.t (JAJ,) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl. M 1 szt.(JAJ,) Dżem 25 g 2 szt. Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30	
Obiad	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos cytrynowy 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem drobno tarta 100 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos cytrynowy 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem drobno tarta 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g (GLU PSZ, SEL)	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos cytrynowy 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g (GLU PSZ, SEL,)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
Przekąska nocna	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2026.85 kcal; Białko ogółem: 80.01 g; Tłuszcz: 62.87 g; Kw. tł. nasy.: 21.98 g; Węglowodany ogółem: 307.41 g; W tym cukry: 87.31 g; Błonnik pok.: 25.62 g; Sód: 1991.76 mg;	Wartość energetyczna: 1763.96 kcal; Białko ogółem: 80.30 g; Tłuszcz: 62.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.00 g; Węglowodany ogółem: 246.59 g; W tym cukry: 36.76 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sód: 2164.79 mg	Wartość energetyczna: 2037.69 kcal; Białko ogółem: 82.85 g; Tłuszcz: 59.87 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 305.89 g; W tym cukry: 84.12 g; Błonnik pok.: 19.44 g; Sód: 1632.47 mg

11.07.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w ostonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w ostonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w ostonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 20g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE)	
Obiad	Koperkowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL,) Kopytka ziemniaczane * 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem drobno tarta 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem drobno tarta 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL,) Kopytka ziemniaczane * 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem drobno tarta 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szyntka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szyntka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szyntka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Pomidor 50 g
Przekąska nocna	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 1828.75 kcal; Białko ogółem: 75.54 g; Tłuszcz: 60.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.84 g; Węglowodany ogółem: 264.14 g; W tym cukry: 63.03 g; Błonnik pok.: 20.67 g; Sód: 2932.35 mg	Wartość energetyczna: 1904.69 kcal; Białko ogółem: 89.44 g; Tłuszcz: 68.68 g; Kw. tł. nasy.: 30.30 g; Węglowodany ogółem: 260.00 g; W tym cukry: 45.53 g; Błonnik pok.: 28.19 g; Sód: 3369.43 mg;	Wartość energetyczna: 1834.85 kcal; Białko ogółem: 75.40 g; Tłuszcz: 57.40 g; Kw. tł. nasy.: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 263.87 g; W tym cukry: 65.58 g; Błonnik pok.: 14.41 g; Sód: 2483.47 mg

12.07.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Ser żółty 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (MLE,
II śniadanie		Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (SOJ, MLE,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,	
Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Podudzie z kurczaka pieczone 120 g Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Podudzie z kurczaka gotowane 120 g Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Podudzie z kurczaka gotowane 120 g Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szyńka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Pomidor 50 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,)Szyńka Beskidzka- wieprzowa, parzona z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szyńka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
Przekąska nocna	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 1976.82 kcal; Białko ogółem: 90.50 g; Tłuszcz: 76.78 g; Kw. tł. nasy.: 31.98 g; Węglowodany ogółem: 251.96 g; W tym cukry: 62.43 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sód: 2906.73 mg;	Wartość energetyczna: 1920.61 kcal; Białko ogółem: 101.68 g; Tłuszcz: 72.82 g; Kw. tł. nasy.: 34.58 g; Węglowodany ogółem: 242.24 g; W tym cukry: 42.89 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sód: 3148.93 mg	Wartość energetyczna: 1825.54 kcal; Białko ogółem: 88.13 g; Tłuszcz: 54.07 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 258.53 g; W tym cukry: 66.28 g; Błonnik pok.: 18.38 g; Sód: 2179.77 mg

13.07.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt. Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt. Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Sałata zielona 20 g
II śniadanie		Jabłko 1 szt.	
Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Risotto z warzywami i tofu* 300 g (SOJ, SEL,) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot z aronii* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Risotto z warzywami i tofu* 300 g (SOJ, SEL,) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot z aronii* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Risotto z warzywami i tofu* 300 g (SOJ, SEL,) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot z aronii* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Słupki z marchewki 50 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Słupki z marchewki 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
Przekąska nocna	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 1870.55 kcal; Białko ogółem: 58.13 g; Tłuszcz: 50.14 g; Kw. tł. nasy.: 18.75 g; Węglowodany ogółem: 319.08 g; W tym cukry: 109.17 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sód: 2432.84 mg;	Wartość energetyczna: 1678.25 kcal; Białko ogółem: 61.27 g; Tłuszcz: 51.04 g; Kw. tł. nasy.: 18.81 g; Węglowodany ogółem: 271.11 g; W tym cukry: 65.56 g; Błonnik pok.: 33.29 g; Sód: 2272.14 mg	Wartość energetyczna: 1928.60 kcal; Białko ogółem: 61.23 g; Tłuszcz: 50.29 g; Kw. tł. nasy.: 18.71 g; Węglowodany ogółem: 321.90 g; W tym cukry: 109.45 g; Błonnik pok.: 21.40 g; Sód: 2028.81 mg

14.07.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ,) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ,MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Sałatka z pomidorów i tuńczyka z koperkiem 100 g (RYB,)
II śniadanie		Masło extra 82% 5 g (MLE,)Twaróg półtłusty 30 g (MLE,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ)	
Obiad	Grochowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,)Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,)Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem.* 100 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem.* 100 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Marchew gotowana z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem.* 100 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Buraczki gotowane talarki 50 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Buraczki gotowane talarki 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Buraczki gotowane talarki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
Przekąska nocna	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2193.12 kcal; Białko ogółem: 88.41 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 341.99 g; W tym cukry: 66.64 g; Błonnik pok.: 33.84 g; Sód: 2921.01 mg;	Wartość energetyczna: 1914.67 kcal; Białko ogółem: 81.65 g; Tłuszcz: 61.09 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 289.32 g; W tym cukry: 37.77 g; Błonnik pok.: 32.92 g; Sód: 2803.69 mg	Wartość energetyczna: 2042.23 kcal; Białko ogółem: 84.86 g; Tłuszcz: 51.23 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 326.92 g; W tym cukry: 67.39 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sód: 2436.06 mg;


15.07.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt. Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt. Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
II śniadanie		Polędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,)	
Obiad	Grycikowa * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 200 g (GLU PSZ,) Sos brokułowy 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Sałata zielona z kefirem 80 g (MLE,) Dynia z wody z ziołami 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grycikowa * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 200 g (GLU PSZ,) Sos brokułowy 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Sałata zielona z kefirem 80 g (MLE,) Dynia z wody z ziołami 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grycikowa * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 200 g (GLU PSZ,) Sos brokułowy 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Sałata zielona z kefirem 80 g (MLE,) Dynia z wody z ziołami 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Rzodkiew biała 50 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rzodkiew biała 50	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
Przekąska nocna	Nektarynka 150 g	Nektarynka 150 g	Banan 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2037.61 kcal; Białko ogółem: 112.39 g; Tłuszcz: 52.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 298.77 g; W tym cukry: 80.06 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sód: 2546.56 mg	Wartość energetyczna: 1767.65 kcal; Białko ogółem: 112.57 g; Tłuszcz: 52.61 g; Kw. tł. nasy.: 20.56 g; Węglowodany ogółem: 235.68 g; W tym cukry: 29.22 g; Błonnik pok.: 27.22 g; Sód: 2697.66 mg	Wartość energetyczna: 2166.35 kcal; Białko ogółem: 115.01 g; Tłuszcz: 52.60 g; Kw. tł. nasy.: 20.37 g; Węglowodany ogółem: 319.94 g; W tym cukry: 96.74 g; Błonnik pok.: 17.74 g; Sód: 2183.33 mg

16.07.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwo strawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Ser żółty 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
II śniadanie		Masło extra 82% 5 g (MLE,) Twaróg półtłusty 30 g (MLE,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,)	
Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem drobno tarta 100 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ,) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem drobno tarta 100 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
Przekąska nocna	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2017.75 kcal; Białko ogółem: 77.35 g; Tłuszcz: 71.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.76 g; Węglowodany ogółem: 290.69 g; W tym cukry: 64.09 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sód: 2959.17 mg	Wartość energetyczna: 2044.35 kcal; Białko ogółem: 88.77 g; Tłuszcz: 77.97 g; Kw. tł. nasy.: 33.49 g; Węglowodany ogółem: 279.20 g; W tym cukry: 47.19 g; Błonnik pok.: 36.81 g; Sód: 2994.57 mg	Wartość energetyczna: 1926.98 kcal; Białko ogółem: 72.22 g; Tłuszcz: 56.80 g; Kw. tł. nasy.: 19.72 g; Węglowodany ogółem: 295.98 g; W tym cukry: 60.49 g; Błonnik pok.: 21.97 g; Sód: 2560.72 mg

17.07.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwo strawna
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt. Twarożek 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt. Twarożek 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,	
Obiad	Ryżowa* 350 ml (MLE, SEL,) Ryba smażona (Morszczuk) 200 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty młodej z olejem drobno tarta 100 g Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryżowa* 350 ml (MLE, SEL,) Ryba gotowana (Morszczuk) 200 g (RYB,) Surówka z kapusty młodej z olejem drobno tarta 100 g Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ryżowa* 350 ml (MLE, SEL,) Ryba gotowana (Morszczuk) 200 g (RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL,) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ,) Sałatka wiosenna 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ,) Sałatka wiosenna 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
Przekąska nocna	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2492.68 kcal; Białko ogółem: 120.27 g; Tłuszcz: 81.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 340.19 g; W tym cukry: 94.67 g; Błonnik pok.: 24.71 g; Sód: 2298.30 mg	Wartość energetyczna: 1799.46 kcal; Białko ogółem: 120.10 g; Tłuszcz: 50.95 g; Kw. tł. nasy.: 20.56 g; Węglowodany ogółem: 241.32 g; W tym cukry: 42.72 g; Błonnik pok.: 26.66 g; Sód: 2390.06 mg	Wartość energetyczna: 2122.83 kcal; Białko ogółem: 123.41 g; Tłuszcz: 47.43 g; Kw. tł. nasy.: 20.05 g; Węglowodany ogółem: 313.39 g; W tym cukry: 97.33 g; Błonnik pok.: 17.73 g; Sód: 1915.43 mg

18.07.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwo strawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Rzodkiew biała 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Rzodkiew biała 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 20 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,)	
Obiad	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆCZ,) Gulasz z żołądków drobiowych* 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c drobno tarta 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆCZ,) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SEL,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c drobno tarta 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆCZ,) Potrawka drobiowa z warzywami * 150g (GLU PSZ, SEL,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Paszтет z blachy-drobiowo wieprzowy 80 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,) Słupki z marchewki 50 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Słupki z marchewki 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Pomidor 50 g
Przekąska nocna	Banan 150 g	Jabłko 150 g	Banan 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2237.25 kcal; Białko ogółem: 83.19 g; Tłuszcz: 89.23 g; Kw. tł. nasy.: 34.21 g; Węglowodany ogółem: 301.56 g; W tym cukry: 78.69 g; Błonnik pok.: 31.78 g; Sód: 3018.64 mg;	Wartość energetyczna: 1940.26 kcal; Białko ogółem: 81.30 g; Tłuszcz: 72.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.68 g; Węglowodany ogółem: 274.19 g; W tym cukry: 47.60 g; Błonnik pok.: 37.21 g; Sód: 2510.11 mg	Wartość energetyczna: 1840.94 kcal; Białko ogółem: 67.28 g; Tłuszcz: 47.43 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; Węglowodany ogółem: 302.57 g; W tym cukry: 81.81 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sód: 1960.70 mg

19.07.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwo strawna
Śniadanie	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt. Pomidor 50 g	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Pomidor 50 g	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt. Pomidor 50 g
II śniadanie		Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,)	
Obiad	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 200 g Sos własny* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Mizeria 100 g (MLE,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 200 g Sos własny* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Mizeria 100 g (MLE,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 200 g Sos własny* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g
Przekąska nocna	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2015.87 kcal; Białko ogółem: 128.78 g; Tłuszcz: 45.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.69 g; Węglowodany ogółem: 290.39 g; W tym cukry: 97.95 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sód: 2419.72 mg	Wartość energetyczna: 1967.23 kcal; Białko ogółem: 141.92 g; Tłuszcz: 58.98 g; Kw. tł. nasy.: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 241.26 g; W tym cukry: 39.91 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sód: 2651.22 mg	Wartość energetyczna: 2100.89 kcal; Białko ogółem: 131.31 g; Tłuszcz: 46.07 g; Kw. tł. nasy.: 21.84 g; Węglowodany ogółem: 300.91 g; W tym cukry: 102.59 g; Błonnik pok.: 17.78 g; Sód: 2119.68 mg;

	Załącznik nr 1 do Procedury - Standard organizacyjny żywienia zbiorowego pacjentów hospitalizowanych - PR/OD 12		
	Jadłospis 06.07. – 19.07.2026	Wydanie: 2	Strona 15 z 15

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,

SKO - Skorupiaki i pochodne,

JAJ - Jaja i pochodne,

RYB - Ryby i pochodne,

OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,

SOJ - Soja i pochodne,

MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,

ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,

SEL - Seler i pochodne,

GOR - Gorczyca i produkty pochodne,

SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,

S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,

ŁUB - Łubin i produkty pochodne,

MCK - Mięczaki i pochodne,

MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,

GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,

GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,

GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal],

Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,

Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,

Sód - Sód,

Sól - Sól,

Potas - Potas,

Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,

Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,

Ener z B. - % energii z białka,

Ener z T. - % energii z tłuszczu,

Ener z W. - % energii z węglowodanów,

W tym cukry - w tym cukry,

WW - WW