

05.01.2026	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml, Cukier 5g (saszetka) 2 szt. ,Chleb mieszany pszenno-żytni, 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szyunka szkolna- wp. Parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pyzdra szynkowa- wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Ogórek kiszony 50 g 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ,)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,)Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Szyunka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)Pomidor 50 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE), serek homo naturalny 30 g (MLE)	
Obiad	Brokułowa z ryżem * 350 ml(MLE, SEL,)Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt.(JAJ,)Sos koperkowy * 50 ml (GLUPSZ, MLE,)Surówka z selera i jabłka 100g (MLE, SEL,)Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki*b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml(MLE, SEL,)Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt.(JAJ,)Sos koperkowy * 50 ml (GLUPSZ, MLE,)Surówka z selera i jabłka 100g (MLE, SEL,)Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki*b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml(MLE, SEL,)Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt.(JAJ,)Sos koperkowy * 50 ml (GLUPSZ, MLE,)Surówka z selera i jabłka 100g (MLE, SEL,)Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki*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,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt.(GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,)Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Pasztet rybno- warzywny(Morszczuk) 80 g (GLU PSZ,JAJ, RYB,)Sałata zielona 20 g
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2463.97 kcal; Białko ogółem: 126.09 g; Tłuszcz: 67.80 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 351.33 g; W tym cukry: 121.46 g; Błonnik pok.: 23.70 g; Sód: 4381.32 mg	Wartość energetyczna: 2136.64 kcal; Białko ogółem: 136.19 g; Tłuszcz: 74.41 g; Kw. tł. nasy.: 32.13 g; Węglowodany ogółem: 251.54 g; W tym cukry: 40.85 g; Błonnik pok.: 29.23 g; Sód: 4240.62 mg	Wartość energetyczna: 2041.27kcal; Białko ogółem: 86.59 g; Tłuszcz: 62.46 g; Kw. tł. nasy.:23.49 g; Węglowodany ogółem:298.54 g; W tym cukry: 65.74 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sód:2589.90 mg

06.01.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 80 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, SEL, GOR, SEZ,) Miód (25g) 2 sz.t Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Ogórek kiszony 50 g 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,)Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Pyzdra szynkowa -wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Miód (25g) 2 szt. Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)
II śniadanie		Ser żółty 30 g (MLE,) Chleb Graham 3 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,)	
Obiad	Solferino z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sztuka mięsa Szynka wieprzowa gotowana 200 g Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Sałata zielona z sosem vinegrett 80 g (GOR,) Kompot z porzeczek czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sztuka mięsa Szynka wieprzowa gotowana 200 g Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Sałata zielona z sosem vinegrett 80 g (GOR,) Kompot z porzeczek czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sztuka mięsa Szynka wieprzowa gotowana 200 g Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Sałata zielona z sosem vinegrett 80 g (GOR,) Kompot z porzeczek czerwonej i jabłek* 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,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk) 80g (GLU, PSZ JAJ, RYB)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk) 80g (GLU, PSZ JAJ, RYB)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk) 80g (GLU, PSZ JAJ, RYB)
Przekąska nocna	Banan 1szt.	Jabłko 1 szt	Jabłko 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 1982,35 kcal; Białko ogółem: 85,41 g; Tłuszcz: 41,07 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 291.78 g; W tym cukry: 68,41.46 g; Błonnik pok.: 34.18 g; Sód: 2766.62 mg;	Wartość energetyczna: 1794.36 kcal; Białko ogółem: 83.31 g; Tłuszcz: 60.90 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 253.81 g; W tym cukry: 36.39 g; Błonnik pok.: 36.08 g; Sód: 2495.89 mg;	Wartość energetyczna: 2041.27kcal; Białko ogółem: 86.59 g; Tłuszcz: 62.46 g; Kw. tł. nasy.:23.49 g; Węglowodany ogółem:298.54 g; W tym cukry: 65.74g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sód:2589.90 mg

07.01.2026	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z fasoli konserwowej z koncentratem pomidorowym 80 g Papryka świeża 50 g 1 szt.	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z fasoli konserwowej z koncentratem pomidorowym 80 g Papryka świeża 50 g 1 szt.	Płatki owsiane na mleku 300ml (MLE, GLU OW,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szyunka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Pomidor 50 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GL PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE,)	
Obiad	Grysikowa * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kalafior gotowany* 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Grysikowa * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kalafior gotowany* 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Grysikowa * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kalafior gotowany* 100 g Buraczki gotowane 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,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ,) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ,) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ,) Sałata zielona 20 g
Przekąska nocna	Pomarańcza 1 szt.	Pomarańcza 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 1837.85 kcal; Białko ogółem: 75.92 g; Tłuszcz: 40.78 g; Kw. tł. nasy.: 18.47 g; Węglowodany ogółem: 312.68 g; W tym cukry: 74.91 g; Błonnik pok.: 35.06 g; Sód: 2231.56 mg;	Wartość energetyczna: 1688.83 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz: 39.71 g; Kw. tł. nasy.: 18.21 g; Węglowodany ogółem: 284.22 g; W tym cukry: 41.89 g; Błonnik pok.: 37.99 g; Sód: 2347.83 mg;	Wartość energetyczna: 1805.19kcal; Białko ogółem: 76.18 g; Tłuszcz: 42.88 g; Kw. tł. nasy.: 18.84 g; Węglowodany ogółem: 291.81 g; W tym cukry: 62.87 g; Błonnik pok.: 21.19 g; Sód: 2391.72 mg

08.01.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwo strawna
Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z twarogu i cebuli 50 g MLE,) Pomidor 50 g 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z twarogu i cebuli 50 g (MLE,) Pomidor 50 g 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,)Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE,)Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLUJĘCZ
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (SOJ, MLE,) Masło extra 82% 5 g (MLE,)	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 150 g Surówka z marchwi i selera drobno tarta 100 g (MLE, SEL,) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Leczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 150 g Surówka z marchwi i selera drobno tarta 100 g (MLE, SEL,) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,)Ryż na sypko z kurkumą 200gLeczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 150 g Surówka z marchwi i sel era drobno tarta 100 g (MLE,SEL,)Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* 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,) Bułka graham-pszena 50g 1 sz.t (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,)Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (GLUPSZ, JAJ, SEL,)Sałatka jarzynowa* dieta 80 g(MLE, SEL
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 1865.15 kcal; Białko ogółem: 66.78 g; Tłuszcz: 50.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 303.87 g; W tym cukry: 67.50 g; Błonnik pok.: 36.09 g; Sód: 2353.78 mg;	Wartość energetyczna: 1868.75 kcal; Białko ogółem: 77.80 g; Tłuszcz: 51.92 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; Węglowodany ogółem: 298.07 g; W tym cukry: 47.48 g; Błonnik pok.: 35.16 g; Sód: 2592.78 mg;	Wartość energetyczna: 1902.76kcal; Białko ogółem: 69.11 g; Tłuszcz: 46.63 g; Kw. tł. nasy.:18.24 g; Węglowodany ogółem:316.77 g; W tym cukry: 67.37 g; Błonnik pok.: 25.24 g; Sód:2225.46 mg

09.01.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 30 ml (<i>GLU PSZ, MLE,</i>) Herbata czarna ekspresowa b/ 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 Szt. (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Dżem 25 g 2 szt. Pasta z jaj 80 g (<i>JAJ, MLE,</i>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (<i>GLU PSZ,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Pasta z jaj 80 g (<i>JAJ, MLE,</i>) Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300ml (<i>GLU PSZ, MLE,</i>)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (<i>GLU PSZ,</i>)Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>)Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>)Dżem 25 g 2 szt. Pasta z jaj 80 g (<i>JAJ, MLE,</i>)Sałata zielona 20 g
II śniadanie		Masło extra 82% 5 g (<i>MLE,</i>) Chleb Graham 30 g (<i>GLU PSZ,</i>) Połędwica delikatna- produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g	
Obiad	Dyniowa z makaronem* 350 ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL,</i>)) Ryba smażona (Morszczuk) 200 g (<i>GLU PSZ, JAJ, RYB,</i>)) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej gotowanej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<i>SEL,</i>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 350 ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL,</i>)) Ryba gotowana (Morszczuk) 200 g (<i>RYB,</i>)) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej gotowanej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<i>SEL,</i>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 350ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL,</i>)) Ryba gotowana (Morszczuk) 200 g (<i>RYB,</i>)) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<i>SEL,</i>)) Szpinak gotowany z olejem*. 100 g (<i>GLU PSZ, MLE,</i>)) Kompot z czarnej porzeczki*b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Twaróg półtłusty 50 g (<i>MLE,</i>) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (<i>GLU PSZ,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Twaróg półtłusty 50 g (<i>MLE,</i>) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (<i>GLU PSZ,</i>)Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>)Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>)Twaróg półtłusty 50 g (<i>MLE,</i>)Pomidor 50 g
Przekąska nocna	Mandarynka 1 szt.	Mandarynka 1 szt.	Banan 1szt.
Wartość Energetyczna	; Wartość energetyczna: 2533.63 kcal; Białko ogółem: 128.43 g; Tłuszcz: 83.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; Węglowodany ogółem: 334.49 g; W tym cukry: 83.98 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sód: 2790.80 mg;	Wartość energetyczna: 1871.78 kcal; Białko ogółem: 130.66 g; Tłuszcz: 53.13 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 240.79 g; W tym cukry: 33.09 g; Błonnik pok.: 31.80 g; Sód: 2845.15 mg;	Wartość energetyczna: 2349.32kcal; Białko ogółem: 134.66 g; Tłuszcz: 56.13 g; Kw. tł. nasy.:22.03 g; Węglowodany ogółem:340.13 g; W tym cukry: 106.08g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sód:2460.86 mg

10.01.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt.(GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy ,drobiowy, średnio rozdrobniona ,wędzona, parzona 50 g Papryka świeża 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio Rozdrobniona ,wędzona ,parzona 50 g Papryka świeża 50 g 1 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,)Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Szynkowa z indyka-produktblokowy,drobiowy,średniorozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Sałata zielona 20 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,)	
Obiad	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Ogórek kiszony z cebulką z lejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 350ml (MLE, SEL,)Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g(GLU PSZ,)Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* 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,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet z soczewicy * 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Rzodkiew biała 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet z soczewicy * 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Rzodkiew biała 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,)Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Kurczak gotowany -dr,p roduktgrubo rozdrobniony ,parzony, z dod .białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (JAJ, SOJ,MLE,)Pomidor 50 g
Przekąska nocna	Banan 1szt.	Jabłko 1 szt.	Banan 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2148.00 kcal; Białko ogółem: 86.07 g; Tłuszcz: 62.08 g; Kw. tł. nasy.: 20.67 g; Węglowodany ogółem: 331.16 g; W tym cukry: 84.74 g; Błonnik pok.: 33.43 g; Sód: 3181.63 mg;	Wartość energetyczna: 2121.36 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 75.84 g; Kw. tł. nasy.: 29.22 g; Węglowodany ogółem: 291.49 g; W tym cukry: 40.15 g; Błonnik pok.: 36.64 g; Sód: 3421.13 mg;	Wartość energetyczna: 1955.80kcal; Białko ogółem: 83.20 g ;Tłuszcz: 49.25 g; Kw. tł. nasy.:19.30 g; Węglowodany ogółem:309.55 g; W tym cukry: 83.53 g; Błonnik pok.: 23.30 g; Sód:2513.34 mg

11.01.2026	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
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,) Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka, parzony ,zawiera dodaną wodę w osłonce nij 50 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt. Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (SEL,)	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,)Bułka graham-pszenna 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,)Pierś gotowana -wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka, parzony, zawiera dodaną wodę w osłonce nij 50 g(MLE,)Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (SEL,)	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,)Pierś gotowana -wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka, parzony ,zawiera dodaną wodę w osłonce nij 50 g(MLE,)Miód (25g) 2 szt. Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (SEL,)
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ,)	
Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem drobno tarta 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem drobno tarta 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Rosół z makaronem * 350 ml(GLU PSZ, SEL,)Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 80 ml (GLUPSZ, MLE,)Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany* 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 porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE,) Pomidor 50 g	. Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE,) Pomidor 50 g	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,)Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE,)Pomidor 50 g
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt..	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2360.36 kcal; Białko ogółem: 115.00 g; Tłuszcz: 86.18 g; Kw. tł. nasy.: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 304.07 g; W tym cukry: 99.72 g; Błonnik pok.: 26.99 g; Sód: 2838.48 mg;	Wartość energetyczna: 2249.96 kcal; Białko ogółem: 126.82 g; Tłuszcz: 91.85 g; Kw. tł. nasy.: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 255.66 g; W tym cukry: 42.85 g; Błonnik pok.: 31.60 g; Sód: 2885.78 mg	Wartość energetyczna: 2351.63kcal; Białko ogółem: 117.72 g;Tłuszcz: 76.95 g; Kw. tł. nasy.:27.51 g; Węglowodany ogółem:312.79 g; W tym cukry: 100.63g; Błonnik pok.: 22.64 g; Sód:2378.90 mg

12.01.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300ml (<i>GLU PSZ, MLE,</i>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Paszтет z ciecierzycy* 80 g (<i>GLU PSZ, JAJ,</i>) Sałata lodowa 20 g. 1 szt.	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (<i>GLU PSZ,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Paszтет z ciecierzycy* 80 g (<i>GLU PSZ, JAJ,</i>) Sałata lodowa 20 g 1 szt.	Kasza manna na mleku 300ml (<i>GLU PSZ, MLE,</i>)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (<i>GLU PSZ,</i>)Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>)Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>)Filet zapiekany drobiowy 50 g(<i>MLE,</i>)Sałata lodowa 20 g.
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 5 g (<i>MLE,</i>) Polędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (<i>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</i>)	
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL,</i>) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<i>MLE,</i>) Surówka z marchwi z olejem drobno tarta 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL,</i>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (<i>GLU PSZ, JAJ,</i>) Sos własny* 50 ml (<i>GLU PSZ, SEL,</i>) Surówka z marchwi z olejem drobno tarta 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL,</i>)Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<i>MLE,</i>)Surówka z marchwi z olejem drobno tarta 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml
IKolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (<i>GLU PSZ,</i>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<i>SEL,</i>) Papryka świeża 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (<i>GLU PSZ,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego z udźca* 80g (<i>SEL,</i>) Papryka świeża 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (<i>GLU PSZ,</i>)Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>)Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>)Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego z udźca* 80g (<i>SEL,</i>)Pomidor 50 g
Przekąska nocna	Pomarańcza 1 szt.	Pomarańcza 1 szt	Banan 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2199.32 kcal; Białko ogółem: 65.42 g; Tłuszcz: 57.98 g; Kw. tł. nasy.: 19.00 g; Węglowodany ogółem: 373.90 g; W tym cukry: 92.36 g; Błonnik pok.: 35.72 g; Sód: 2178.36 mg;	Wartość energetyczna: 2193.66 kcal; Białko ogółem: 87.76 g; Tłuszcz: 73.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 321.61 g; W tym cukry: 47.91 g; Błonnik pok.: 47.39 g; Sód: 2516.03 mg	Wartość energetyczna: 2123.90kcal; Białko ogółem: 70.50 g; Tłuszcz: 45.15 g; Kw. tł. nasy.:18.19 g; Węglowodany ogółem:371.07 g; W tym cukry: 104.95g; Błonnik pok.: 21.19 g; Sód:2231.73 mg

13.01.2026	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<i>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</i>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (<i>JAJ,</i>) Dżem 25 g 2 szt. Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<i>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</i>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Chleb Graham 50 g (<i>GLU PSZ,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (<i>GLU PSZ,</i>) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (<i>JAJ,</i>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<i>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</i>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (<i>JAJ,</i>) Dżem 25 g 2 szt. Pomidor 50 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 5 g (<i>MLE,</i>) Ser żółty 30 g (<i>MLE,</i>)	
Obiad	Jarzynowa z grysiem dieta* 350 ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL,</i>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<i>GLU PSZ, MLE,</i>) Marchew gotowana z olejem 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c drobno tarta 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z grysiem dieta* 350 ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL,</i>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<i>GLU PSZ, MLE,</i>) Marchew gotowana z olejem 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c drobno tarta 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z grysiem dieta* 350 ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL,</i>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<i>GLU PSZ, MLE,</i>) Marchew gotowana z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<i>SEL,</i>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Ogórek kiszony 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (<i>GLU PSZ,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Ogórek kiszony 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (<i>GLU PSZ,</i>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Sałata zielona 20 g
Przekąska nocna	Mandarynka 1 szt.	Mandarynka 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 1884.74 kcal; Białko ogółem: 111.97 g; Tłuszcz: 47.37 g; Kw. tł. nasy.: 17.48 g; Węglowodany ogółem: 269.61 g; W tym cukry: 72.90 g; Błonnik pok.: 25.46 g; Sód: 3109.67 mg;	Wartość energetyczna: 1912.60 kcal; Białko ogółem: 125.01 g; Tłuszcz: 60.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.24 g; Węglowodany ogółem: 239.23 g; W tym cukry: 34.36 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sód: 3344.67 mg;	Wartość energetyczna: 1761.87kcal; Białko ogółem: 109.33 g; Tłuszcz: 40.85 g; Kw. tł. nasy.: 16.84 g; Węglowodany ogółem: 252.68 g; W tym cukry: 76.77 g; Błonnik pok.: 20.62 g; Sód: 2156.66 mg

14.01.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<i>MLE, GLU OW,</i>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Serek homo. naturalny 50 g (<i>MLE,</i>) Papryka świeża 50 g 1 szt.	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (<i>GLU PSZ,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Serek homo. naturalny 50 g (<i>MLE,</i>) Papryka świeża 50 g 1 szt.	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>MLE, GLU OW,</i>)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. .Bułka pszenna długa krojona 50 g (<i>GLU PSZ,</i>)Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>)Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>)Serek homo. naturalny 50 g(<i>MLE,</i>)Pomidor 50 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 5 g (<i>MLE,</i>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<i>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,</i>	
Obiad	Ziemniaczana * 350 ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL,</i>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<i>GLU JĘCZ,</i>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<i>GLU PSZ, JAJ,</i>) Sos jarzynowy * 50 ml (<i>GLU PSZ, SEL,</i>) Kalafior gotowany* 100 g Surówka z marchwi i chrzanu drobno tarta 100 g (<i>MLE, S02,</i>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL,</i>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<i>GLU JĘCZ,</i>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<i>GLU PSZ, JAJ,</i>) Sos jarzynowy * 50 ml (<i>GLU PSZ, SEL,</i>) Kalafior gotowany* 100 g Surówka z marchwi i chrzanu drobno tarta 100 g (<i>MLE, S02,</i>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (<i>GLUPSZ, MLE, SEL,</i>)Kasza jęczmienna/sypko 200g (<i>GLU JĘCZ,</i>)Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<i>GLU PSZ, JAJ,</i>)Sos jarzynowy * 50 ml (<i>GLUPSZ, SEL,</i>)Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami*b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 80 g (<i>RYB, SEL,</i>) Rzodkiew biała 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (<i>GLU PSZ,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 80 g (<i>RYB, SEL,</i>) Rzodkiew biała 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (<i>GLU PSZ,</i>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Paprykarz rybno(łosoś)-warzywny* 80 g (<i>RYB, SEL,</i>) Salata zielona 20 g
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt..	Jabłko 1 szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2067.63 kcal; Białko ogółem: 85.24 g; Tłuszcz: 49.95 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 339.93 g; W tym cukry: 69.28 g; Błonnik pok. 34.79 g; Sód: 2368.54 mg;	Wartość energetyczna: 1876.23 kcal; Białko ogółem: 83.20 g; Tłuszcz: 49.01 g; Kw. tł. nasy.: 20.97 g; Węglowodany ogółem: 302.12 g; W tym cukry: 37.28 g; Błonnik pok.: 37.31 g; Sód: 2541.11 mg;	Wartość energetyczna: 2166.70kcal; Białko ogółem: 85.80 g; Tłuszcz: 57.13 g; Kw. tł. nasy.:20.96 g; Węglowodany ogółem:342.69 g; W tym cukry: 66.70 g; Błonnik pok.: 25.74 g; Sód:2219.82 mg

15.01.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<i>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</i>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Pasztet z soczewicy * 80 g (<i>GLU PSZ, JAJ,</i>) Ogórek kiszony 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<i>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</i>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (<i>GLU PSZ,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Pasztet z soczewicy * 80 g (<i>GLU PSZ, JAJ,</i>) Ogórek kiszony 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<i>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</i>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (<i>GLU PSZ,</i>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<i>MLE,</i>) Pomidor 50 g
II śniadanie		Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (<i>MLE,</i>) Masło extra 82% 5 g (<i>MLE,</i>) Chleb Graham 30 g (<i>GLU PSZ,</i>)	
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL,</i>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<i>GLU PSZ,</i>) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (<i>GLU PSZ, MLE, SEL,</i>) Surówka z rzodkwi i jabłka () 100 g (<i>MLE,</i>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL,</i>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<i>GLU PSZ,</i>) Sos boloński z mięsa wieprz. łop - dieta* 150 g (<i>GLU PSZ, SEL,</i>) Surówka z rzodkwi i jabłka () 100 g (<i>MLE,</i>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL,</i>) Makaron 200 g (<i>GLU PSZ,</i>) Sos boloński z mięsa wieprz- łop - dieta* 150 g (<i>GLU PSZ, SEL,</i>) Marchew gotowana z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Polędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (<i>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</i>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (<i>GLU PSZ,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Polędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (<i>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</i>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (<i>GLU PSZ,</i>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Polędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (<i>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</i>) Sałata zielona 20 g
Przekąska nocna	Mandarynka 1 szt.	Mandarynka 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 1995.13 kcal; Białko ogółem: 79.82 g; Tłuszcz: 58.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 304.25 g; W tym cukry: 52.15 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sód: 3160.55 mg;	Wartość energetyczna: 1993.00 kcal; Białko ogółem: 87.68 g; Tłuszcz: 61.40 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; Węglowodany ogółem: 295.02 g; W tym cukry: 33.72 g; Błonnik pok.: 35.97 g; Sód: 3523.40 mg;	Wartość energetyczna: 1846.11 kcal; Białko ogółem: 78.45 g; Tłuszcz: 45.52 g; Kw. tł. nasy.: 17.97 g; Węglowodany ogółem: 290.48 g; W tym cukry: 57.05 g; Błonnik pok.: 19.51 g; Sód: 2723.87 mg

16.01.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<i>GLU PSZ, MLE,</i>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Miód (25g) 2 szt. Twaróg półtłusty 50 g (<i>MLE,</i>) Pomidor 50 g 1 szt.	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (<i>GLU PSZ,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1szt (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Twaróg półtłusty 50 g (<i>MLE,</i>) Pomidor 50 g 1 szt.	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml(<i>GLU PSZ, MLE,</i>)Bułka pszenna długa krojona 50 g (<i>GLU PSZ,</i>)Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>)Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>)Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Miód (25g) 2 szt. Twaróg półtłusty 50 g (<i>MLE,</i>)Pomidor 50 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 5 g (<i>MLE,</i>) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (<i>SOJ, MLE,</i>)	
Obiad	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<i>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</i>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (<i>GLU PSZ, JAJ, RYB,</i>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<i>SEL,</i>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<i>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</i>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (<i>GLU PSZ, JAJ, RYB,</i>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<i>SEL,</i>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml(<i>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</i>)Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g(<i>GLU PSZ, JAJ, RYB,</i>)Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g(<i>SEL,</i>)Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami*b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1szt (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Pasta z jaj 80 g (<i>JAJ, MLE,</i>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Chleb Graham 50 g (<i>GLU PSZ,</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (<i>GLU PSZ,</i>) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>) Pasta z jaj 80 g (<i>JAJ, MLE,</i>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<i>GLU PSZ,</i>)Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT,</i>)Masło extra 82% 10 g (<i>MLE,</i>)Pasta z jaj 80 g (<i>JAJ, MLE,</i>)Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
Przekąska nocna	Banan 1szt.	Jabłko 1 szt.	Banan 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2345.53 kcal; Białko ogółem: 82.83 g; Tłuszcz: 67.52 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 368.41 g; W tym cukry: 131.55 g; Błonnik pok. 28.30 g; Sód: 2245.51 mg;	Wartość energetyczna: 1865.93 kcal; Białko ogółem: 80.90 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; Węglowodany ogółem: 255.63 g; W tym cukry: 36.33 g; Błonnik pok.: 32.01 g; Sód: 2375.21 mg;	Wartość energetyczna: 2357.26kcal; Białko ogółem: 86.76 g; Tłuszcz: 63.97 g; Kw. tł. nasy.:22.98 g; Węglowodany ogółem:371.25 g; W tym cukry: 126.57g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sód:1951.99 mg

17.01.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Schab Kruchy z Liszek wieprzowy, parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02,) Rzodkiew biała 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Schab Kruchy z Liszek wieprzowy, parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02,) Rzodkiew biała 50 g 1 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Schab Kruchy z Liszek wieprzowy, parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02,) Pomidor 50 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5g (MLE,) Jajko gotowane kl. M 0,5 szt. (JAJ,)	
Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL,) Surówka z marchwi i jabłka drobno tarta 100 g (MLE,) Buraczki gotowane 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane 100 g Surówka z marchwi i jabłka drobno tarta 100 g (MLE,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JĘCZ,) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka z marchwi i jabłka drobno tarta 100 g (MLE,) Buraczki gotowane 100 g Kompot z czarnej porzeczki* 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,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 100 g (GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Ogórek kiszony 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 100 g (GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Ogórek kiszony 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 100 g (GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 20 g
Przekąska nocna	Pomarańcza 1 szt.	Pomarańcza 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 1829.20 kcal; Białko ogółem: 60.96 g; Tłuszcz: 44.70 g; Kw. tł. nasy.: 18.25 g; Węglowodany ogółem: 316.21 g; W tym cukry: 74.92 g; Błonnik pok.: 35.24 g; Sód: 3039.51 mg;	Wartość energetyczna: 1895.23 kcal; Białko ogółem: 76.75 g; Tłuszcz: 51.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 307.04 g; W tym cukry: 54.78 g; Błonnik pok.: 39.16 g; Sód: 3006.68 mg;	Wartość energetyczna: 1882.96 kcal; Białko ogółem: 68.77 g; Tłuszcz: 46.16 g; Kw. tł. nasy.: 18.71 g; Węglowodany ogółem: 313.19 g; W tym cukry: 65.97 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sód: 2458.85 mg

18.01.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<i>MLE</i> ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i> ,) Chleb Graham 50 g (<i>GLU PSZ</i> ,) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE</i> ,) Serek homo o smaku wanilinowym 50 g (<i>MLE</i> ,) Dżem 25 g 2 szt. Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (<i>SEL</i> ,)	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<i>MLE</i> ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (<i>GLU PSZ</i> ,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (<i>GLU PSZ</i> ,) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE</i> ,) Serek a'la homogenizowany 50 g (<i>MLE</i> ,) Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (<i>SEL</i> ,) 1 szt.	Kakao z mlekiem b/c 250 ml(<i>MLE</i> ,)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 100 g (<i>GLU PSZ</i> ,)Masło extra 82% 10 g (<i>MLE</i> ,)Serek homo o smaku wanilinowym 50 g (<i>MLE</i> ,)Dżem 25 g 2 szt. Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (<i>SEL</i> ,)
II śniadanie		Masło extra 82% 5 g (<i>MLE</i> ,) Ser żółty 30 g (<i>MLE</i> ,) Chleb Graham 30 g (<i>GLU PSZ</i> ,)	
Obiad	Pomidorowa z zacierką * 350 ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL</i> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 200 g Sos własny* 50 ml (<i>GLU PSZ, SEL</i> ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<i>SEL</i> ,) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 350 ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL</i> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 200 g Sos własny* 50 ml (<i>GLU PSZ, SEL</i> ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<i>SEL</i> ,) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 350ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL</i> ,)Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 200 g Sos własny* 50 ml (<i>GLU PSZ,SEL</i> ,)Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<i>SEL</i> ,)Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i> ,) Chleb Graham 140 g (<i>GLU PSZ</i> ,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Masło extra 82% 10 g (<i>MLE</i> ,) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<i>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02</i> ,) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<i>GLU PSZ</i> ,) Masło extra 82% 10 g (<i>MLE</i> ,) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<i>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02</i> ,) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<i>GLU PSZ</i> ,)Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Masło extra 82% 10 g (<i>MLE</i> ,)Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<i>SOJ,MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SEL, GOR, S02</i> ,)Sałata zielona 20 g
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2270.97 kcal; Białko ogółem: 127.84 g; Tłuszcz: 58.18 g; Kw. tł. nasy.: 21.68 g; Węglowodany ogółem: 339.67 g; W tym cukry: 82.56 g; Błonnik pok.: 31.80 g; Sód: 3102.59 mg;	Wartość energetyczna: 2115.07 kcal; Białko ogółem: 134.26 g; Tłuszcz: 71.14 g; Kw. tł. nasy.: 31.47 g; Węglowodany ogółem: 260.82 g; W tym cukry: 44.19 g; Błonnik pok.: 31.28 g; Sód: 2904.40 mg	Wartość energetyczna: 2114.89kcal; Białko ogółem: 123.60 g; Tłuszcz: 53.75 g; Kw. tł. nasy.:21.12 g; Węglowodany ogółem:299.64 g; W tym cukry: 83.53 g; Błonnik pok.: 21.45 g; Sód:2355.34 mg

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,
- SO2 - 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 JEĆCZ - 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,