

19.01.2026	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet z fasoli* 80 g (GLUPSZ, JAJ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Ogórek kiszony 50g	Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet z fasoli* 80 g (GLUPSZ, JAJ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 2szt. Ogórek kiszony 50g	Płatki pszenne na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Połędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (SOJ, MLE ,może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. 1 szt. Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLUPSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Pierś gotowana premium- dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR	
Obiad	Dyniowa z ziemniakami* 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt. Surówka z marchwi z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami* 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Surówka z marchwi z olejem 100 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt. Kompot z czarnej porzeczki b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami* 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Surówka z marchwi z olejem 100 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt. Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (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 50g	Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,) 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 graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ	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,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Sałata lodowa 20 g
Przekąska nocna	Pomarańcza 1 szt.	Pomarańcza 1 szt.	Jabłko pieczone 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2170.85kcal; Białko ogółem: 80.15 g; Tłuszcz: 57.97 g; Kw. tł. nasy.: 21.54 g; Węglowodany ogółem: 347.83 g; W tym cukry: 90.17 g; Błonnik pok.: 36.21 g; Sód: 3222.91 mg	Wartość energetyczna: 1972.79kcal; Białko ogółem: 81.35 g; Tłuszcz: 57.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.39 g; Węglowodany ogółem: 294.93 g; W tym cukry: 58.91 g; Błonnik pok.: 41.68 g; Sód: 3159.96 mg	Wartość energetyczna: 1977.10kcal; Białko ogółem: 78.56 g; Tłuszcz: 46.95 g; Kw. tł. nasy.: 20.94 g; Węglowodany ogółem: 316.70 g; W tym cukry: 79.80 g; Błonnik pok.: 20.86 g; Sód: 2310.83 mg

20.01.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLUJĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt. Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g 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, GLUJĘCZ,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g Chleb Graham 50 g (GLUPSZ)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLUJĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt. Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Sałata zielona 20 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT)
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLUPSZ,) 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 200g Szynka wieprzowa pieczona 200 g Sos meksykański z fasolą 50g (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 200g 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
II kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 50 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. Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Pomidor 50 g
Przekąska nocna	Banan 1szt.	Jabłko 1 szt.	Banan 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2185.57kcal; Białko ogółem: 119.63 g; Tłuszcz: 45.70 g; Kw. tł. nasy.: 22.05 g; Węglowodany ogółem: 337.74 g; W tym cukry: 111.05g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sód: 4137.74 mg	Wartość energetyczna: 2080.20kcal; Białko ogółem: 130.49 g; Tłuszcz: 59.09 g; Kw. tł. nasy.: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 271.99 g; W tym cukry: 47.86 g; Błonnik pok.: 30.14 g; Sód: 3766.87 mg	Wartość energetyczna: 2235.81kcal; Białko ogółem: 120.69 g; Tłuszcz: 48.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 337.60 g; W tym cukry: 104.48g; Błonnik pok.: 20.31 g; Sód: 3951.56 mg

21.01.2026	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE,)Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,GOR,)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Pomidor 50 g	Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,GOR,)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 50 g Chleb Graham 50 g (GLUPSZ	Kasza manna na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE,)Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,GOR,)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Pomidor 50 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLUPSZ,)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 drobno tarta 100 g (MLE,)Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE,SEL,)Pulpet drobiowy 100 g (GLUPSZ, JAJ,)Sos pietruszkowy* 50 ml(GLU PSZ, MLE,)Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi drobno tarta 100 g (MLE,)Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami*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 drobno tarta 100 g (MLE,)Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Paprykarz rybno(łosoś)-warzywny* 80 g (RYB,SEL,)Ogórek kiszony 50 g	Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,)Paprykarz rybno(łosoś)-warzywny* 80 g (RYB,SEL,)Ogórek kiszony 50	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,)Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 80 g (RYB,SEL,)Sałata zielona 20 g
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt	Jabłko pieczone 1szt.
Wartość Energetyczna	;Wartość energetyczna: 2008.85kcal; Białko ogółem: 83.25 g; Tłuszcz: 47.08 g; Kw. tł. nasy.:19.15 g; Węglowodany ogółem:328.16 g; W tym cukry: 67.35 g; Błonnik pok.: 30.85 g; Sód:3452.58 mg	Wartość energetyczna: 1709.39kcal; Białko ogółem: 80.62 g ;Tłuszcz: 47.38 g; Kw. tł. nasy.:19.64 g; Węglowodany ogółem:256.75 g; W tym cukry: 36.50 g; Błonnik pok.: 32.73 g; Sód:3387.65 mg	Wartość energetyczna: 1948.17kcal; Białko ogółem: 82.68 g ;Tłuszcz: 47.93 g; Kw. tł. nasy.:19.00 g; Węglowodany ogółem:306.74 g; W tym cukry: 66.12 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sód:3323.26 mg

22.01.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLUJĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (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,) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLUJĘCZ,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLUPSZ)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLUJĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT)
II śniadanie		Masło extra 82% 5 g (MLE,) Chleb Graham 30 g (GLUPSZ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ)	
Obiad	Ziemniaczana * 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Fasolka po bretońsku 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Surówka z rzepy białej i jabłka() 100 g (MLE,) Szpinak gotowany z olejem.* 100 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot z aronii* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300g (SEL, GLU JĘCZ,) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ,) Surówka z rzepy białej i jabłka() 100 g (MLE,) Szpinak gotowany z olejem.* 100 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot z aronii* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300g (SEL, GLU JĘCZ,) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ,) 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,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (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. Ogórek świeży 50g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek a`la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE,) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,) Ogórek świeży 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 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. Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Sałata zielona 20 g
Przekąska nocna	Mandarynka 1 szt.	Mandarynka 1 szt.	Jabłko pieczone 1szt
Wartość Energetyczna	; Wartość energetyczna: 2100.84kcal; Białko ogółem: 82.99 g; Tłuszcz: 64.70 g; Kw. tł. nasy.: 25.40 g; Węglowodany ogółem: 313.76 g; W tym cukry: 58.55 g; Błonnik pok.: 39.30 g; Sód: 3583.23 mg	Wartość energetyczna: 1848.91kcal; Białko ogółem: 87.83 g; Tłuszcz: 59.03 g; Kw. tł. nasy.: 24.52 g; Węglowodany ogółem: 259.16 g; W tym cukry: 37.53 g; Błonnik pok.: 36.06 g; Sód: 3473.04 mg	Wartość energetyczna: 1889.85kcal; Białko ogółem: 78.53 g; Tłuszcz: 54.00 g; Kw. tł. nasy.: 19.25 g; Węglowodany ogółem: 282.10 g; W tym cukry: 61.13 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sód: 2933.05 mg

23.01.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt. Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,)	Kasza manna na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE,) Dżem 25 g 2 szt. Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT)
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLUPSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	
Obiad	Szpinakowa z zacierką * 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba smażona (Morszczuk) 200 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami*b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba pieczona (Morszczuk) 200 g (RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami*b/c 250 ml Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g (GLU PSZ, SEL)	Szpinakowa z zacierką * 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba pieczona (Morszczuk) 200 g (RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami*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,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (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 50 g (GLUPSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 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. Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT)
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1szt
Wartość Energetyczna	;Wartość energetyczna: 2573.47kcal; Białko ogółem: 126.37 g; Tłuszcz: 89.29 g; Kw. tł. nasy.:24.51 g; Węglowodany ogółem:328.28 g; W tym cukry: 85.89 g; Błonnik pok.: 28.78 g; Sód:4068.39 mg	Wartość energetyczna: 1998.49kcal; Białko ogółem: 127.86 g; Tłuszcz: 68.49 g; Kw. tł. nasy.:22.87 g; Węglowodany ogółem:231.90 g; W tym cukry: 35.25 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sód:4012.68mg	Wartość energetyczna: 2267.87kcal; Białko ogółem: 130.98 g; Tłuszcz: 64.63 g; Kw. tł. nasy.:22.46 g; Węglowodany ogółem:298.87 g; W tym cukry: 80.85 g; Błonnik pok.: 19.76 g; Sód:3844.20 mg

24.01.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLUJĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLUJĘCZ,) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLUJĘCZ,) 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 osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 20 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLUPSZ,) 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 drobno tarta 100 g (MLE,) 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 drobno tarta 100 g (MLE,) 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 drobno tarta 100 g (MLE,) 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 (GLUPSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Chleb Graham 100 g (GLUPSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Pomidor 50g
Przekąska nocna	Pomarańcza 1 szt.	Pomarańcza 1 szt.	Banan 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 1902.05kcal; Białko ogółem: 76.45 g; Tłuszcz: 59.79 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; Węglowodany ogółem: 277.18 g; W tym cukry: 63.89 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sód: 2784.29 mg	Wartość energetyczna: 2014.49kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz: 68.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.44 g; Węglowodany ogółem: 278.19 g; W tym cukry: 46.24 g; Błonnik pok.: 36.97 g; Sód: 4179.85 mg	Wartość energetyczna: 1913.50kcal; Białko ogółem: 75.88 g; Tłuszcz: 56.69 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 282.12 g; W tym cukry: 81.32 g; Błonnik pok.: 16.73 g; Sód: 2649.08 mg

25.01.2026r.	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 (GLUPSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Kakao z mlekiem b/c 250 ml(MLE,)Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Ser żółty 50 g (MLE,)Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (SEL	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1szt (GLU PSZ,)Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Kakao z mlekiem b/c 250 ml(MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,)Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (SEL	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (SEL,)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 (GLUPSZ	
Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml(GLU PSZ, SEL,)Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 gSos koperkowy * 50 ml (GLUPSZ, MLE,)Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami*b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml(GLU PSZ, SEL,)Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 50 ml (GLUPSZ, MLE,)Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami*b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml(GLU PSZ, SEL,)Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 50 ml (GLUPSZ, MLE,)Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami*b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Ogórek świeży 50 g	Chleb Graham 100 g (GLUPSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Ogórek świeży 50g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Szynka 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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2279.17kcal; Białko ogółem: 115.79 g; Tłuszcz: 92.70 g; Kw. tł. nasy.:36.34 g; Węglowodany ogółem:258.69 g; W tym cukry: 60.29 g ;Błonnik pok.: 25.74 g; Sód:3980.08 mg	Wartość energetyczna: 2304.47kcal; Białko ogółem: 127.37 g; Tłuszcz: 95.78 g; Kw. tł. nasy.:39.45 g; Węglowodany ogółem:249.16 g; W tym cukry: 41.95 g ;Błonnik pok.: 30.35 g; Sód:4266.93 mg	Wartość energetyczna: 2191.21kcal; Białko ogółem: 113.41 g; Tłuszcz: 77.02 g; Kw. tł. nasy.:27.45 g; Węglowodany ogółem:270.82 g; W tym cukry: 64.59 g; Błonnik pok.: 20.66 g; Sód:4117.50 mg

26.01.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLUJĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (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 kiszony 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, GLUJĘCZ,) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (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 kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLUJĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 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,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Sałata zielona 20 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT
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,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (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. Papryka świeża 50 g	Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,) Papryka świeża 50 g	Bułka pszenna długa krojona 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. Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT
Przekąska nocna	Mandarynka 1 szt.	Mandarynka 1 szt.	Jabłko pieczone 1szt
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 1872.58kcal; Białko ogółem: 58.40 g; Tłuszcz: 52.40 g; Kw. tł. nasy.: 19.02 g; Węglowodany ogółem: 305.70 g; W tym cukry: 59.22 g ; Błonnik pok.: 29.40 g; Sód: 2625.06 mg	Wartość energetyczna: 1680.28kcal; Białko ogółem: 61.54 g; Tłuszcz: 53.30 g; Kw. tł. nasy.: 19.08 g; Węglowodany ogółem: 255.33 g; W tym cukry: 53.11 g; Błonnik pok.: 34.80 g; Sód: 3017.66 mg	Wartość energetyczna: 1959.65kcal; Białko ogółem: 60.53 g; Tłuszcz: 54.09 g; Kw. tł. nasy.: 19.03 g; Węglowodany ogółem: 317.36 g; W tym cukry: 61.90 g ; Błonnik pok.: 23.90 g; Sód: 2496.90 mg

27.01.2026r.	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,) Bułka graham-pszenna 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Schab Kruchy z Lisek-wieprzowy, parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02,) Salata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Schab Kruchy z Lisek-wieprzowy, parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02,) Salata 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 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Schab Kruchy z Lisek-wieprzowy, parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02,) Salata zielona 20 g
II śniadanie		Masło extra 82% 5 g (MLE,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Chleb Graham 30 g (GLUPSZ)	
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 200g (GLU JĘCZ,) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki drobno tarta 100 g (MLE,) Szpinak gotowany z olejem.* 100 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JĘCZ,) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki drobno tarta 100 g (MLE,) Szpinak gotowany z olejem.* 100 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Kasza jęczmienna/sypko 200g (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,) Bułka graham-pszenna 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z ryby gotowanej (łosoś) z warzywami* 80 g (RYB, SEL,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Ogórek świeży 50g	Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z ryby gotowanej (łosoś) z warzywami* 80 g (RYB, SEL,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Ogórek świeży 50 g	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 ryby gotowanej (łosoś) z warzywami* 80 g (RYB, SEL,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1szt.
Wartość Energetyczna	; Wartość energetyczna: 2252.05kcal; Białko ogółem: 100.72 g; Tłuszcz: 65.54 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 331.97 g; W tym cukry: 61.67 g; Błonnik pok.: 36.16 g; Sód: 3071.55 mg	Wartość energetyczna: 1978.99kcal; Białko ogółem: 89.91 g; Tłuszcz: 66.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 272.78 g; W tym cukry: 32.36 g; Błonnik pok.: 35.15 g; Sód: 2957.30 mg	Wartość energetyczna: 2217.82kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 64.73 g; Kw. tł. nasy.: 22.92 g; Węglowodany ogółem: 323.07 g; W tym cukry: 64.34 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sód: 3050.66 mg

28.01.2026r.	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,) Bułka graham-pszenna 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt. Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) 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		Pierś gotowana premium- dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE)	
Obiad	Grycikowa * 350 ml (GLUPSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 200 g (GLUPSZ,) Sos brokułowy 50 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* 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,) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grycikowa * 350 ml (GLUPSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 200 g (GLUPSZ,) Sos brokułowy 50 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Dynia z wody z ziołami 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1szt (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,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Rzodkiew biała 50 g	Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rzodkiew biała 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) 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	Banan 1szt.	Jabłko 1 szt	Banan 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2360.39kcal; Białko ogółem: 115.26 g; Tłuszcz: 65.97 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; Węglowodany ogółem: 340.66 g; W tym cukry: 104.92g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sód: 4530.00 mg	Wartość energetyczna: 1867.63kcal; Białko ogółem: 113.13 g; Tłuszcz: 56.50 g; Kw. tł. nasy.: 20.30 g; Węglowodany ogółem: 242.08 g; W tym cukry: 29.98 g; Błonnik pok.: 30.02 g; Sód: 3628.60 mg	Wartość energetyczna: 2273.78kcal; Białko ogółem: 116.54 g; Tłuszcz: 53.79 g; Kw. tł. nasy.: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 338.99 g; W tym cukry: 103.43g; Błonnik pok.: 20.72 g; Sód: 4287.54 mg

29.01.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwo strawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLUJĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ogórek świeży 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt. (JAJ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLUJĘCZ,) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane k. I M 1 szt. (JAJ,) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLUJĘCZ,) 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 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 (GLUPSZ)	
Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 100 g S urówka wielowarzywna z olejem drobno tarta 100 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, 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,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
Przekąska nocna	Pomarańcza 1 szt.	Pomarańcza 1 szt.	Jabłko pieczone 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 1947.70kcal; Białko ogółem: 77.77 g; Tłuszcz: 54.60 g; Kw. tł. nasy.: 19.52 g; Węglowodany ogółem: 301.52 g; W tym cukry: 74.01 g; Błonnik pok.: 31.83 g; Sód: 3319.19 mg	Wartość energetyczna: 1974.30kcal; Białko ogółem: 89.19 g; Tłuszcz: 61.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 280.32 g; W tym cukry: 57.11 g; Błonnik pok.: 39.62 g; Sód: 3725.44 mg	Wartość energetyczna: 1957.24kcal; Białko ogółem: 78.40 g; Tłuszcz: 55.29 g; Kw. tł. nasy.: 19.45 g; Węglowodany ogółem: 295.53 g; W tym cukry: 58.51 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sód: 2964.74 mg

30.01.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (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.	Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (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 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) 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 (GLUPSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Polędwica Sopotka 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 żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryżowa* 350 ml (MLE, SEL,) Ryba gotowana (Morszczuk) 200 g (RYB,) Surówka żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* 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 z jabłkami* b/c 250 ml
Kolacja	.Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE,) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE,) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 jaj 80 g (JAJ, MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
Przekąska nocna	Mandarynka 1 szt.	Mandarynka 1 szt.	Jabłko pieczone 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2520.02kcal; Białko ogółem: 125.00 g; Tłuszcz: 84.18 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 326.21 g; W tym cukry: 78.60 g; Błonnik pok.: 25.60 g; Sód: 3841.30 mg	Wartość energetyczna: 1826.81kcal; Białko ogółem: 124.83 g; Tłuszcz: 53.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.98 g; Węglowodany ogółem: 225.07 g; W tym cukry: 26.65 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sód: 3812.27 mg	Wartość energetyczna: 2215.09kcal; Białko ogółem: 128.65 g; Tłuszcz: 53.66 g; Kw. tł. nasy.: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 313.11 g; W tym cukry: 86.19 g; Błonnik pok.: 20.63 g; Sód: 3972.36 mg

31.01.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLUJĘCZ,)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 (GLUPSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Szynkowa z indyka- produktblokowy,drobiowy,średniorozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Papryka świeża 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLUJĘCZ,)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,)Bułka graham-pszena 50g 1szt (GLU PSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Szynkowa z indyka- produktblokowy,drobiowy,średniorozdrobniona,wędzona, parzona 50 g Papryka świeża 50g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLUJĘCZ,)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,)Szynkowa z indyka- produktblokowy,drobiowy,średniorozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Sałata zielona 20 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLUPSZ,)Masło extra 82% 5 g (MLE,)Twaróg półtłusty 30 g (MLE)	
Obiad	Selerowa z ziemniakami * 350ml (MLE, SEL,)Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JĘCZ,)Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (GLUPSZ, 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 JĘCZ,)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 * 350ml (MLE, SEL,)Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JĘCZ,)Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (GLUPSZ, JAJ, SEL,)Rzodkiew biała 50 g	Chleb Graham 100 g (GLUPSZ,)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Masło extra 82% 10 g (MLE,)Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (GLUPSZ, JAJ, SEL,)Rzodkiew biała 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,)Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (GLUPSZ, JAJ, SEL,)Pomidor 50 g
Przekąska nocna	Banan 1szt.	Jabłko 1 szt.	Banan 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2002.13kcal; Białko ogółem: 75.94 g; Tłuszcz: 59.24 g; Kw. tł. nasy.:18.77 g; Węglowodany ogółem:308.23 g; W tym cukry: 87.52 g ;Błonnik pok.: 34.20 g; Sód:3762.07 mg	Wartość energetyczna: 1938.63kcal; Białko ogółem: 85.81 g;Tłuszcz: 65.54 g; Kw. tł. nasy.:22.28 g; Węglowodany ogółem:270.32 g; W tym cukry: 46.29 g ;Błonnik pok.: 38.41 g; Sód:3493.82 mg	Wartość energetyczna: 1978.06kcal; Białko ogółem: 77.15 g ;Tłuszcz: 51.28 g; Kw. tł. nasy.:18.11 g; Węglowodany ogółem:315.97 g; W tym cukry: 87.48 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sód:3633.11 mg

01.02.2026r.	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 (GLUPSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Twarożek z koperkiem 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 (GLUPSZ,)Bułka graham-pszenna 50g 1szt (GLU PSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Twarożek z koperkiem 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,)Twarożek z koperkiem 50 g(MLE,)Miód (25g) 2 szt. Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (SEL,)
II śniadanie		Masło extra 82% 5 g (MLE,)Schab Kruchy z Liszek-wieprzowy, parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR,S02,)Chleb Graham 30 g (GLUPSZ	
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,)Kapusta biała gotowana 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami*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,)Kapusta biała gotowana 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,)Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 200 gSos własny* 50 ml (GLU PSZ,SEL,)Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami*b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)Chleb Graham 140 g (GLUPSZ,)Cukier 5g (saszetka) 2 szt. 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 (GLUPSZ,)Masło extra 82% 10 g (MLE,)Filet zapiekany drobiowy 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,)Filet zapiekany drobiowy 50 g(MLE,)Sałata zielona 20 g
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2349.74kcal; Białko ogółem: 138.02 g; Tłuszcz: 53.22 g; Kw. tł. nasy.:22.61 g; Węglowodany ogółem:342.34 g; W tym cukry: 60.81 g; Błonnik pok.: 29.47 g; Sód:2048.90 mg	;Wartość energetyczna: 2042.88kcal; Białko ogółem: 141.75 g; Tłuszcz: 58.45 g; Kw. tł. nasy.:25.93 g; Węglowodany ogółem:250.10 g; W tym cukry: 41.45 g ;Błonnik pok.: 28.95 g; Sód:2238.75 mg	Wartość energetyczna: 2230.01kcal; Białko ogółem: 132.13 g; Tłuszcz: 54.17 g; Kw. tł. nasy.:22.44 g; Węglowodany ogółem:311.75 g; W tym cukry: 63.13 g ;Błonnik pok.: 19.79 g; Sód:1843.38 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,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 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