

Jadłospis 05.07-26.07.2026

05.07.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 75,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 210,0 g <u>w tym cukry:</u> 40,0 g Błonnik: 18,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Ryż na mleku Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Kiełbasa biała na ciepło Ogórek	250 ml 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g	I, VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	
obiad	Rosół z makaronem Filet drobiowy panierowany Buraczki gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X	
podwieczorek	Serek homogenizowany	100 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata Jabłko	250 ml 80 g 20 g 150 g 10 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	

05.07.2026

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
śniadanie	Ryż na mleku Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Kiełbasa biała na ciepło Pomidor	250 ml 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g	I, VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 60,0 g w tym nasycone <u>kwasy</u> <u>tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 200,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Blonnik: 19,0 g Sól: 2,0 g
obiad	Rosół z makaronem Filet drobiowy gotowany Buraczki gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, IX, X	
podwieczorek	Serek homogenizowany	100 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata Jabłko	250 ml 100 g 20 g 150 g 10 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	

Zastosowana obróbka termiczna:
- gotowanie,
- gotowanie na parze.

05.07.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2050 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 60,0 g w tym nasycone <u>kwasy</u> <u>tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 170,0 g w tym cukry: 30,0 g Błonnik: 24,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Ryż na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Kiełbasa na ciepło	50 g	I, VI, IX, X	
obiad	Ogórek	50 g		
	Rosół z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Filet drobiowy panierowany	100 g	I, III, IX, X	
	Buraczki gotowane	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
podwieczorek	Kompot	250 ml		
	Serek homogenizowany naturalny	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
kolacja	Salatka z kurczakiem	150 g	I, III, VII, IX, X	
	Salata	10 g		
	Jabłko	20 g		

06.07.2026

DIETA PODSTAWOWA

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Płatki jęczmienne na mleku Banan Dżem	250 ml 50 g 30 g 20 g 250 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VII	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 65,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy</u> <u>tłuszczowe:</u> 25,0 g Węglowodany: 220,0 g <u>w tym cukry:</u> 45,0 g Błonnik: 20,0 g Sól: 2,0 g
obiad	Zupa jarzynowa Kotlet mielony Surówka z białej kapusty Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 g	I, VI, IX, X I, III	
podwieczorek	Ciasto drożdżowe	100g	I, VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Pomidor	250 ml 80 g 20 g 150 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII	
				Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie, - pieczenie.

06.07.2026

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Płatki jęczmienne na mleku Banan Ser biały	250 ml 50 g 30 g 20 g 250 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VII VII	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 60,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 25,0 g Węglowodany: 240,0 g <u>w tym cukry:</u> 55,0 g Błonnik: 18,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie, - pieczenie.
obiad	Ryżanka Pulpet wieprzowy gotowany w sosie Warzywa gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III 	
podwieczorek	Ciasto drożdżowe	100g	I, VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Pomidor	250 ml 80 g 20 g 150 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII	

06.07.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 55,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 22,0 g Węglowodany: 180,0 g w tym cukry: 35,0 g Błonnik: 25,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie, - pieczenie.
śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Płatki jęczmienne na mleku Banan Ser biały	250 ml 80 g 20 g 250 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VII VII	
obiad	Zupa jarzynowa Kotlet mielony Surówka z białej kapusty Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 g	I, VI, IX, X I, III	
podwieczorek	Ciasto drożdżowe bez cukru	100g	I, VII	
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Pomidor	250 ml 80 g 20 g 150 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII	

07.07.2026

DIETA PODSTAWOWA

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Jogurt owocowy Jajko z majonezem Pomidor	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII III, VII	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 70,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 28,0 g Węglowodany: 240,0 g w tym cukry: 55,0 g Blonnik: 20,0 g Sód: 2,0 g
obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Naleśniki z serem i dżemem Kompot Surówka z marchewki i jabłka	250 ml 270 g 250 ml 100 g	I, VI, IX, X I, III, VII	
podwieczorek	Jabłko	100 g		
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Ogórek Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 150 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
				Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.

07.07.2026

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Jogurt owocowy Jajko Pomidor	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII III	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 80,0 g Tłuszcze: 60,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 24,0 g Węglowodany: 250,0 g <u>w tym cukry:</u> 60,0 g Blonnik: 18,0 g Sód: 2,0 g
obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Naleśniki z serem i dżemem Kompot Surówka z marchewki i jabłka	250 ml 270 g 250 g 100 g	I, VI, IX, X I, III, VII	
podwieczorek	Jabłko	100 g		
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 150 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
				Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.

07.07.2026

**DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH
WĘGLOWODANÓW**

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Jogurt naturalny Jajko z majonezem Pomidor	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII III, VII	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 60,0 g <u>w tym nasycone</u>
obiad	Krupnik Naleśniki z serem Kompot Surówka z marchewki i jabłka	250 ml 270 g 250 ml 100 g	I, VI, IX, X I, III, VII	<u>kwasy tłuszczowe:</u> 24,0 g Węglowodany: 170,0 g <u>w tym cukry:</u> 30,0 g Błonnik: 25,0 g Sód: 2,0 g
podwieczorek	Jabłko	100 g		
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Ogórek Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 150 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.

08.07.2026

DIETA PODSTAWOWA

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 60,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 24,0 g Węglowodany: 220,0 g <u>w tym cukry:</u> 40,0 g Błonnik: 22,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
śniadanie	Herbata	250 ml		
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser żółty	50 g	VII	
	Ogórek	50 g		
	Jogurt naturalny	100 g	VII	
obiad	Kluski lane	250 ml	I, VII, IX, X	
	Kasza	200 g	I	
	jęczmienna			
	Surówka z białej kapusty	100 g		
	Gulasz wieprzowy	100 g	I, VI	
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Galaretką owocową	150 ml		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Szynka gotowana	50 g	I, IV, IX, X	
	Pomidor	50 g		

08.07.2026

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
śniadanie	Herbata Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Wędlina drobiowa Ogórek Jogurt naturalny	250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 50 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, IV, IX, X VII	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 55,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 22,0 g Węglowodany: 210,0 g w tym cukry: 35,0 g Błonnik: 18,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie - duszenie
obiad	Kluski lane Kasza jęczmienna Warzywa gotowane Gulasz wieprzowy Kompot	250 ml 200 g 100 g 100 g 250 ml	I, VII, IX, X I I, VI	
podwieczorek	Galaretka owocowa	150 ml		
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Szynka gotowana Pomidor	250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, X	

08.07.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 95,0 g Tłuszcze: 65,0 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 190,0 g w tym cukry: 20,0 g Błonnik: 22,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
śniadanie	Jogurt naturalny	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser żółty	50 g	VII	
	Ogórek zielony	50 g		
obiad	Kluski lane	250 ml	I, VII, IX, X	
	Kasza jęczmienna	200 g	I	
	Surówka z białej kapusty	100 g		
	Gulasz wieprzowy	100 g	I, VI	
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Galaretka owocowa bez cukru	150 ml		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VI	
	Szynka gotowana	50 g	I, IX, X	
	Pomidor	50 g		

09.07.2026

DIETA PODSTAWOWA

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
śniadanie	Ryż na mleku Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Jabłko Wędlina drobiowa	250 ml 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 50 g	I, VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, IX, X	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 70,0 g w tym nasycone <u>kwasy</u> <u>tłuszczowe:</u> 30,0 g Węglowodany: 180,0 g <u>w tym cukry:</u> 25,0 g Błonnik: 20,0 g Sód: 2,0 g
obiad	Pieczarkowa z ryżem Makaron świderki w sosie boloness Marchew gotowana Kompot	250 ml 270 g 100 g 250 ml	I, VII, IX, X I, IX, X	
podwieczorek	Sok warzywno-owocowy	100 ml		
kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta rybna Sałata	250 ml 80 g 20 g 150 g 10 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
				Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.

09.07.2026

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
śniadanie	Herbata Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Wędlina drobiowa Jabłko Ryż na mleku	250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 50 g 250 ml	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, IV, IX, X I, VII	Wartość energetyczna: 2050 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 60,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy</u> <u>tłuszczowe:</u> 25,0 g Węglowodany: 170,0 g <u>w tym cukry:</u> 20,0 g Blonnik: 22,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
obiad	Ryżanka Makaron świderki w sosie boloness Marchew gotowana Kompot	250 ml 270 g 100 g 250 ml	I, VII, IX, X I, IX, X	
podwieczorek	Sok warzywno-owocowy	100 ml		
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Synka konserwowa Sałata	250 ml 80 g 20 g 80 g 10 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	

09.07.2026

**DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH
WĘGLOWODANÓW**

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 60,0 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 25,0 g Węglowodany: 180,0 g w tym cukry: 18,0 g Błonnik: 25,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
śniadanie	Ryż na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Jabłko	50 g		
	Wędlina drobiowa	50 g	I, IX, X	
obiad	Pieczarkowa z ryżem	250 ml	I, VII, IX, X	
	Makaron świderki w sosie boloness	270 g	I, IX, X	
	Marchew gotowana	100 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Sok pomidorowy	100 ml		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta rybna	150 g	I, VII, IX, X	
	Salata	10 g		

10.07.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2150 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 65,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 28,0 g Węglowodany: 170,0 g w tym cukry: 20,0 g Blonnik: 19,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
obiad	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	I, VII	
	Ser biały z rzodkiewką i szczypiorkiem	100 g	VII	
	Jarzynowa	250 ml	I, VI, IX, X	
podwieczorek	Ryba	120 g	I, III, IV	
	Kapusta kiszona	100 g		
	Ryż gotowany	200 g		
	Kompot	250 ml		
kolacja	Serek homogenizowany	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Salata	10 g		
	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem	150 g	I, III, VII, IX, X	

10.07.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 55,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 24,0 g Węglowodany: 180,0 g w tym cukry: 18,0 g Blonnik: 23,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na parze.
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser biały z koperkiem Płatki jęczmienne na mleku	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 250 ml	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII I, VII	
obiad	Jarzynowa Ryba gotowana Warzywa gotowane Ryż gotowany Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IV	
podwieczorek	Serek homogenizowany	100 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Sałata Pasta jajeczna	250 ml 80 g 20 g 20 g 150 g	I, VI, VII, XI VII I, III, IX, X	

10.07.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 55,0 g w tym nasycone <u>kwasy</u> <u>tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 180,0 g w tym cukry: 15,0 g Błonnik: 24,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie
śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Płatki jęczmienne na mleku Ser biały z rzodkiewką i szczypiorkiem	250 ml 80 g 20 g 250 ml 100 g	I, VI, VII, XI VII I, VII VII	
obiad	Jarzynowa Ryba Kapusta kiszona Ryż gotowany Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IV	
podwieczorek	Serek homogenizowany naturalny	100 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Sałata Pasta jajeczna ze szczypiorkiem	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	

11.07.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 95,0 g Tłuszcze: 75,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 220,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Blonnik: 24,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
śniadanie	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Szynka gotowana	50 g	I, IX, X	
	Pomidor	40 g		
	Salata	10 g		
obiad	Ryżanka	250 ml	I, VII, IX, X	
	Łazanki z kurczakiem	270 g	I, IX, X	
	Kompot	250 ml		
	Warzywa gotowane	100 g		
podwieczorek	Babka z metra	50 g	I, III	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta mięsna	150 g	I, VI, IX, X	
	Jabłko	20 g		

11.07.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 80,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 30,0 g Węglowodany: 240,0 g <u>w tym cukry:</u> 45,0 g Błonnik: 20,0 g Sól: 2,04 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie - duszenie.
śniadanie	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Szynka gotowana	50 g	I, IX, X	
	Pomidor	40 g		
	Sałata	10 g		
obiad	Ryżanka	250 ml	I, VII, IX, X	
	Łazanki z kurczakiem	270 g	I, IX, X	
	Kompot	250 ml		
	Warzywa gotowane	100 g		
podwieczorek	Babka z metra	50 g	I, III, VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Wędlina drobiowa	50 g	I, VII, IX, X	
	Jabłko	50 g		

11.07.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 95,0 g Tłuszcze: 70,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy</u> <u>tłuszczowe:</u> 25,0 g Węglowodany: 200,0 g <u>w tym cukry:</u> 30,0 g Blonnik: 24,0 g Sól: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie - duszenie.
śniadanie	Jogurt naturalny	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Szynka gotowana	50 g	I, IX, X	
	Pomidor	40 g		
	Salata	10 g		
obiad	Ryżanka	250 ml	I, VII, IX, X	
	Łazanki z kurczakiem	270 g	I, IX, X	
	Kompot	250 ml		
	Warzywa gotowane	100 g		
podwieczorek	Babka z metra bez cukru	50 g	I, III, VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta mięsna	150 g	I, VI, IX, X	
	Jabłko	20 g		

12.07.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 75,0 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 220,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Łonnik: 22,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
śniadanie	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ogórek	50 g		
	Ser topiony	50 g	VII	
obiad	Rosół z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Udko pieczone	120 g	I, VI, IX, X	
	Surówka z czerwonej kapusty	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Serek wiejski	100 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasztet pieczony z warzywami	150 g	I, IX, X	
	Ogórek kiszony	20 g		

12.07.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 70,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 28,0 g Węglowodany: 200,0 g w tym cukry: 30,0 g Blonnik: 19,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na parze.
śniadanie	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser biały	50 g	VII	
	Ogórek zielony	50 g		
obiad	Rosół z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Udło gotowane	120 g	VI, IX, X	
	Warzywa gotowane	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Serek wiejski	100 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Kiełbasa krakowska	50 g	I, IX, X	
	Salata	10 g		

12.07.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 95,0 g Tłuszcze: 65,0 g w tym nasycone <u>kwasy</u> <u>tłuszczowe:</u> 24,0 g Węglowodany: 180,0 g w tym <u>cukry:</u> 35,0 g Błonnik: 26,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
śniadanie	Jogurt naturalny	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Serek topiony	50 g	VII	
	Ogórek zielony	50 g		
obiad	Rosół z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Udko pieczone	120 g	I, VI, IX, X	
	Surówka z czerwonej kapusty	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Serek wiejski	100 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasztet pieczony z warzywami	150 g	I, VI, IX, X	
	Salata	10 g		

13.07.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
śniadanie	Płatki owsiane z mlekiem	250 ml	I, VII	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 70,0 g Tłuszcze: 75,0 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 25,0 g Węglowodany: 220,0 g w tym <u>cukry:</u> 35,0 g Błonnik: 20,0 g Sód: 2,5 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
	Herbata	250 ml		
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Parówka hot-dog	50 g	I, VI, IX, X	
	Ogórek zielony	50 g		
obiad	Zupa koperkowa	250 ml	I, VI, IX, X	
	Forszmak drobiowy duszony	120 g	VII, IX	
	Marchew z jabłkiem	100 g		
	Kasza jęczmienna	200 g	I	
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Serek homogenizowany	100 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem	150 g	III, VII, IX, X	
	Salata	10 g		

13.07.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2250 kcal Białko: 75,0 g Tłuszcze: 75,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 25,0 g Węglowodany: 280,0 g <u>w tym cukry:</u> 45,0 g Blonnik: 20,0 g Sód: 2,5 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
śniadanie	Płatki owsiane z mlekiem	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Parówka hot-dog	50 g	I, VI, IX, X	
	Banan	50 g		
obiad	Zupa koperkowa	250 ml	I, VI, IX, X	
	Forszmak drobiowy duszony	120 g	VII, IX	
	Marchew z jabłkiem	100 g		
	Kasza jęczmienna	200 g	I	
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Serek homogenizowany	100 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem	150 g	III, VII, IX, X	
	Salata	10 g		

13.07.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2300 kcal Białko: 80,0 g Tłuszcze: 75,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 290,0 g <u>w tym cukry:</u> 40,0 g Błonnik: 25,0 g Sód: 2,0 g
śniadanie	Płatki owsiane z mlekiem	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Parówka hot-dog	50 g	I, VI, IX, X	
	Ogórek zielony	50 g		
obiad	Zupa koperkowa	250 ml	I, VI, IX, X	Węglowodany: 290,0 g <u>w tym cukry:</u> 40,0 g Błonnik: 25,0 g Sód: 2,0 g
	Forszmak drobiowy duszony	120 g	VII, IX	
	Marchew z jabłkiem	100 g		
	Kasza jęczmienna	200 g	I	
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Jogurt naturalny	100 g	VII	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem	80 g	III, VII, IX, X	
	Salata	10 g		

14.07.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2300 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 70,0 g w tym nasycone <u>kwasy</u> <u>tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 260,0 g w tym cukry: 45,0 g Błonnik: 20,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
śniadanie	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Szynka gotowana	50 g	I, IX, X	
	Pomidor	50 g		
obiad	Krupnik	250 ml	I, VI, IX, X	
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Pałki pieczone	120 g	I, IX, X	
	Marchew gotowana	100 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Sok pomidorowy	300 g		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta mięsna	150 g	I, IX, X	
	Jabłko	20 g		

14.07.2026				
DIETA LATWOSTRAWNA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2400 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 75,0 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 24,0 g Węglowodany: 280,0 g <u>w tym cukry:</u> 45,0 g Blonnik: 22,0 g Sód: 3,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na parze.
śniadanie	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Szynka gotowana	50 g	I, IX, X	
	Pomidor	50 g		
obiad	Krupnik	250 ml	VII, IX, X	
	Ziemniaki z koperkiem	200 g	I	
	Pałki gotowane	120 g	I, IX, X	
	Marchew gotowana	100 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Sok pomidorowy	300 g		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser biały	50 g	VII	
	Jabłko	20 g		

14.07.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2300 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 70,0 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 240,0 g w tym cukry: 35,0 g Błonnik: 28,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
śniadanie	Jogurt naturalny	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Szynka gotowana	50 g	I, VI, IX, X	
	Pomidor	50 g		
obiad	Krupnik	250 ml	VII, IX, X	
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Pałki pieczone	120 g		
	Surówka z czerwonej kapusty	100 g	IX, X	
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Sok pomidorowy	300 g		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta mięsna	100 g	I, IX, X	
	Jabłko	20 g		

15.07.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2400 kcal Białko: 75,0 g Tłuszcze: 80,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 300,0 g <u>w tym cukry:</u> 50,0 g Błonnik: 26,0 g Sód: 3,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
śniadanie	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser żółty	50 g	VII	
	Jabłko	50 g		
obiad	Kluski lane	250 ml	I, III, IX, X	
	Makaron z serem i musem owocowym	270 g	I, VII	
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Banan	200 g		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasztet pieczony z warzywami	150 g	I, IX, X	
	Ogórek kiszony	20 g		

15.07.2026				
DIETA LATWOSTRAWNA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2350 kcal Białko: 80,0 g Tłuszcze: 75,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 25,0 g Węglowodany: 290,0 g w tym cukry: 50,0 g Blonnik: 24,0 g Sód: 3,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
śniadanie	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser biały z koperkiem	50 g	VII	
	Jabłko	50 g		
obiad	Kluski lane	250 ml	I, III, IX, X	
	Makaron z serem i musem owocowym	270 g	I, VII	
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Banan	200 g		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Kiełbasa krakowska	50 g	I, IX, X	
	Pomidor	50 g		

15.07.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2340 kcal Białko: 80,0 g Tłuszcze: 70,0 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 230,0 g w tym cukry: 35,0 g Błonnik: 28,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
śniadanie	Jogurt naturalny	100 g	VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser żółty	50 g	VII	
	Jabłko	50 g		
obiad	Kluski lane	250 ml	I, VII, IX, X	
	Makaron z serem i musem owocowym	270 g	I, VII	
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Banan	200 g		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasztet pieczony z warzywami	150 g	I, IX, X	
	Ogórek kiszony	20 g		

16.07.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2300 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 70,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 260,0 g <u>w tym cukry:</u> 40,0 g Blonnik: 28,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VII	
	Kajzerka	50 g		
	Chleb żytni	30 g		
	Masło 82%	20 g		
	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	I, VI, X	
	Wędlina drobiowa	50 g		
	Ogórek kiszony	50 g		
obiad	Jarzynowa	250 ml	I, VI, IX, X	
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
	Surówka z kapusty pekińskiej	100 g		
	Pulpet drobiowy w sosie	120 g		
podwieczorek	Serek danio	100	VII	
kolacja	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	
	Chleb pszenno-żytni	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Pasta rybna	150 g		
	Pomidor	20 g		

16.07.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2250 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 70,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 250,0 g <u>w tym cukry:</u> 40,0 g Błonnik: 27,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, X	
	Kajzerka	50 g		
	Chleb pszenny	30 g		
	Masło 82%	20 g		
	Wędlna drobiowa	50 g		
	Pomidor	50 g		
	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	I, VII	
obiad	Jarzynowa	250 ml	I, VI, IX, X	
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml	I, III, IX, X	
	Warzywa gotowane	100 g		
	Pulpet drobiowy w sosie	120 g		
podwieczorek	Serek danio	100	VII	
kolacja	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII	
	Chleb pszenny	80 g		
	Masło 82%	20 g	I, VI, IX, X	
	Szynka z kurczaka	50 g		
	Pomarańcza	50 g		

16.07.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 70,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 22,0 g Węglowodany: 220,0 g w tym cukry: 30,0 g Błonnik: 30,0 g Sód: 2,0 g
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII	
	Chleb razowy	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Ogórek kiszony	50 g	I, VI, X	
	Wędlina drobiowa	50 g		
	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	I, VII	
obiad	Jarzynowa	250 ml	I, VI, IX, X	
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
	Surówka z kapusty pekińskiej	100 g	III, X	
	Pulpet drobiowy w sosie	120 g		
podwieczorek	Jogurt naturalny	100 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII	
	Chleb razowy	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Pasta rybna	150 g	I, VI, IX, X	
	Pomidor	20 g		
				Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.

17.07.2026					
DIETA PODSTAWOWA					
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2300 kcal Białko: 80,0 g Tłuszcze: 75,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 24,0 g Węglowodany: 260,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Blonnik: 26,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.	
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VII VII		
	Kajzerka	50 g			
	Chleb żytni	30 g			
	Masło 82%	20 g			
	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml			
	Ser topiony	50 g			
obiad	Ogórek kiszony	50 g	I, VI, IX, X I, III, IV		
	Zupa brokułowa	250 ml			
	Ryba	100 g			
	Kapusta kiszona	100 g			
	Ziemniaki z koperkiem	200 g			
	Kompot	250 ml			
podwieczorek	Jogurt owocowy	100 g	VII		
kolacja	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X		
	Chleb pszenno-żytni	80 g			
	Masło 82%	20 g			
	Pomidor	20 g			
	Salatka warzywna	150 g			

17.07.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 65,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 20,0 g Węglowodany: 240,0 g w tym cukry: 35,0 g Blonnik: 26,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na parze.
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Jajko Płatki jęczmienne na mleku Ogórek	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 250 ml 50 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII III I, VII	
obiad	Zupa brokułowa Ryba gotowana Warzywa gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, , IV	
podwieczorek	Jogurt owocowy	100 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 150 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	

17.07.2026

**DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH
WĘGLOWODANÓW**

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Płatki jęczmienne na mleku Ser topiony Ogórek kiszony	250 ml 80 g 20 g 250 ml 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VII VII	Wartość energetyczna: 2150 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 65,0 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 20,0 g Węglowodany: 220,0 g w tym cukry: 30,0 g Błonnik: 28,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
obiad	Zupa brokułowa Ryba Kapusta kiszona Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IV	
podwieczorek	Sok pomidorowy	100 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 150 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	

18.07.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2300 kcal Białko: 75,0 g Tłuszcze: 70,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 280,0 g <u>w tym cukry:</u> 45,0 g Błonnik: 22,0 g Sól: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII	
	Kajzerka	50 g		
	Chleb żytni	30 g		
	Masło 82%	20 g		
	Ser żółty	50 g		
	Jogurt naturalny	100 g		
obiad	Zupa pomidorowa z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X I, III, VII	
	Naleśniki z serem	270 g		
	Kompot	250 ml		
	Surówka z jabłkiem i marchewką	100 g		
podwieczorek	Sok owocowy	100 ml		
kolacja	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	
	Chleb pszenno-żytni	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Wędlina drobiowa	50 g		
	Ogórek	50 g		

18.07.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 80,0 g Tłuszcze: 65,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 20,0 g Węglowodany: 250,0 g <u>w tym cukry:</u> 40,0 g Błonnik: 24,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII	
	Kajzerka	50 g		
	Chleb pszenny	30 g		
	Masło 82%	20 g	VII	
	Dżem	50 g		
	Banan	50 g		
	Jogurt naturalny	100 g	VII	
obiad	Zupa pomidorowa z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Naleśniki z serem	270 g	I, III, VII	
	Kompot	250 ml		
	Surówka z jabłkiem i marchewką	100 g		
	podwieczorek	Sok owocowy	100 ml	
kolacja	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	
	Chleb pszenny	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Wędlina drobiowa	50 g		
	Ogórek	50 g		

18.07.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 80,0 g Tłuszcze: 65,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 20,0 g Węglowodany: 210,0 g w tym cukry: 25,0 g Błonnik: 25,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII VII VII	
	Chleb razowy	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Jogurt naturalny	100 g		
	Ser żółty	50 g		
	Banan	50 g		
obiad	Zupa pomidorowa z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Naleśniki z serem	270 g	I, III, VII	
	Kompot	250 ml		
	Surówka z jabłkiem i marchewką	100 g		
podwieczorek	Sok pomidorowy	100 ml		
kolacja	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	
	Chleb razowy	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Wędlna drobiowa	50 g		
	Ogórek	50 g		

19.07.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2400 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 80,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 270,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Błonnik: 20,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Ryż na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Jajko z majonezem	50 g	III, VII	
	Pomidor	50 g		
obiad	Rosół z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Filet drobiowy smażony	100 g	I, III, IX, X	
	Warzywa gotowane	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Serek danio	100 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Salatka z kurczakiem	150 g	I, III, VII, IX, X	
	Salata	10 g		

19.07.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2300 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 75,0 g w tym nasycone <u>kwasy</u> <u>tłuszczowe:</u> 25,0 g Węglowodany: 250,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Blonnik: 21,0 g Sól: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na parze.
śniadanie	Ryż na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Jajko	50 g	III	
	Pomidor	50 g		
obiad	Rosół z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	Węglowodany: 250,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Blonnik: 21,0 g Sól: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na parze.
	Filet drobiowy gotowany	100 g	I, IX, X	
	Warzywa gotowane	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Serek danio	100 g	VII	Węglowodany: 250,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Blonnik: 21,0 g Sól: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na parze.
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	100 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Wędlna drobiowa	80 g	I, VII, IX, X	
	Salata	10 g		

19.07.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 70,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy</u> <u>tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 220,0 g <u>w tym cukry:</u> 25,0 g Blonnik: 28,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Ryż na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Jajko z majonezem	50 g	III, VII	
	Pomidor	50 g		
obiad	Rosół z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Filet drobiowy smażony	100 g	I, III, IX, X	
	Warzywa gotowane	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Jogurt naturalny	100 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Salatka z kurczakiem	150 g	I, III, VII, IX, X	
	Salata	10 g		

20.07.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2300 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 75,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 25,0 g Węglowodany: 240,0 g w tym cukry: 35,0 g Błonnik: 22,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
śniadanie	Płatki owsiane z mlekiem	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Parówka hot-dog	50 g	I, VI, IX, X	
	Ogórek zielony	50 g		
obiad	Zupa buraczkowa	250 ml	I, VI, IX, X	
	Gołąbki w sosie	120 g	I, III, IX, X	
	Warzywa gotowane	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Ciasto drożdżowe	100 g	I, VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem	150 g	III, VII, IX	
	Salata	10 g		

20.07.2026

DIETA LATWOSTRAWNA

Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
śniadanie	Płatki owsiane z mlekiem Herbata Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Parówka hot-dog Pomidor	250 ml 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 50 g	I, VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 75,0 g Tłuszcze: 70,0 g w tym nasycone <u>kwasy</u> <u>tłuszczowe:</u> 24,0 g Węglowodany: 250,0 g <u>w tym cukry:</u> 40,0 g Błonnik: 21,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
obiad	Ryżanka Gołąbki w sosie Warzywa gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X	
podwieczorek	Ciasto drożdżowe	100 g	I, VII	
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Sałata	250 ml 80 g 20 g 150 g 10 g	I, VI, VII, XI VII III, VII, IX	

20.07.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 80,0 g Tłuszcze: 70,0 g w tym nasycone <u>kwasy</u> <u>tłuszczowe:</u> 22,0 g Węglowodany: 210,0 g w tym <u>cukry:</u> 25,0 g Błonnik: 28,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
śniadanie	Płatki owsiane z mlekiem	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Parówka hot-dog	50 g	I, VI, IX, X	
	Ogórek zielony	50 g		
obiad	Zupa buraczkowa	250 ml	I, VI, IX, X	
	Gołąbki w sosie	120 g	I, III, IX, X	
	Warzywa gotowane	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Ciasto drożdżowe bez cukru	100 g	I, VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem	150 g	III, VII, IX	
	Salata	10 g		

21.07.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2350 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 85,0 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 240,0 g w tym cukry: 35,0 g Błonnik: 20,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Szynka gotowana	50 g	I, VI, IX, X	
	Pomidor	50 g		
obiad	Krupnik	250 ml	I, VI, IX, X	
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
	Buraczki gotowane	100 g		
	Kotlet mielony	120 g	I, III, VI	
podwieczorek	Serek wiejski	150 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta mięsna	150 g	I, VI, IX, X	
	Jabłko	20 g		

21.07.2026				
DIETA LATWOSTRAWNA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2250 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 75,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 24,0 g Węglowodany: 240,0 g w tym cukry: 35,0 g Blonnik: 18,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na parze, - duszenie.
śniadanie	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Szynka gotowana	50 g	I, VI, IX, X	
	Pomidor	50 g		
	Jogurt owocowy	100 g	VII	
obiad	Krupnik	250 ml	I, VI, IX, X	
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
	Marchew gotowana	100 g		
	Pulpet wieprzowy w sosie gotowany	120 g	I, III, VI	
podwieczorek	Serek wiejski	150 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Wędlina drobiowa	50 g	I, VI, IX, X	
	Jabłko	50 g		

21.07.2026

**DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH
WĘGLOWODANÓW**

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Szynka gotowana Pomidor Jogurt naturalny	250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g 100 g	I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X VII	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 80,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 26,0 g Węglowodany: 210,0 g <u>w tym cukry:</u> 25,0 g Błonnik: 28,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
obiad	Krupnik Ziemniaki z koperkiem Kompot Buraczki gotowane Kotlet mielony	250 ml 200 g 250 ml 100 g 120 g	I, VI, IX, X I, III, VI	
podwieczorek	Serek wiejski	150 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	

22.07.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 80,0 g Tłuszcze: 70,0 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 24,0 g Węglowodany: 230,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Błonnik: 22,0 g Sól: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
śniadanie	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser żółty	50 g	VII	
	Jabłko	50 g		
	Jogurt owocowy	100 g	VII	
obiad	Barszcz ukraiński	250 ml	I, VI, IX, X	
	Forszmak drobiowy	100 g	I, VI, IX, X	
	Kompot	250 ml		
	Surówka z kapusty pekińskiej	100 g		
	Ryż gotowany	200 g		
podwieczorek	Pomarańcza	100 g		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Salatka warzywna	150 g	I, VII, IX, X	
	Pomidor	20 g		

22.07.2026

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser biały Jabłko Jogurt owocowy	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 75,0 g Tłuszcze: 70,0 g
obiad	Kluski lane Forsmak drobiowy Kompot Warzywa gotowane Ryż gotowany	250 ml 100 g 250 ml 100 g 200 g	I, VI, IX, X I, VI, IX, X	<u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 210,0 g <u>w tym cukry:</u> 45,0 g
podwieczorek	Pomarańcza	100 g		Blonnik: 18,0 g
kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Sałatka warzywna Pomidor	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.

22.07.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 1950 kcal Białko: 70,0 g Tłuszcze: 75,0 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 30,0 g Węglowodany: 175,0 g w tym cukry: 35,0 g Błonnik: 20,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Jogurt naturalny Ser żółty Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII VII	
obiad	Barszcz ukraiński Forszmak drobiowy Kompot Surówka z kapusty pekińskiej Ryż gotowany	250 ml 100 g 250 ml 100 g 200 g	I, VI, IX, X I, VI, IX, X	
podwieczorek	Pomarańcza	100 g		
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Sałatka warzywna Ogórek	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	

23.07.2026

DIETA PODSTAWOWA

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2150 kcal Białko: 70,0 g Tłuszcze: 75,0 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 30,0 g Węglowodany: 210,0 g <u>w tym cukry:</u> 45,0 g Blonnik: 19,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Wędlina drobiowa	50 g	I, VI, IX, X	
	Ogórek kiszony	50 g		
obiad	Ogórkowa z ryżem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Pierogi leniwe z masłem	120 g	I, VII	
	Kompot	250 ml		
	Marchew z jabłkiem	100 g		
podwieczorek	Ciasto jogurtowe z owocami	100 g	I, III, VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta rybna	150 g	III, VII, IX	
	Pomidor	50 g		

23.07.2026

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2050 kcal Białko: 72,0 g Tłuszcze: 72,0 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 205,0 g <u>w tym cukry:</u> 40,0 g Blonnik: 19,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI	
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Wędlina drobiowa	50 g	I, VI, IX,	
	Pomidor	50 g		
obiad	Jarzynowa	250 ml	I, VII, IX, X	
	Pierogi leniwe z maselkiem	120 g	I, VII	
	Kompot	250 ml		
	Marchew z jabłkiem	100 g		
podwieczorek	Ciasto jogurtowe z owocami	100 g	I, III, VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Ser biały	50 g	VII	
	Pomidor	50 g		

23.07.2026

**DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH
WĘGLOWODANÓW**

Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 68,0 g Tłuszcze: 70,0 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 180,0 g w tym cukry: 35,0 g Błonnik: 20,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	I, VII	
	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Wędlina drobiowa	50 g	I, VI, IX, X	
	Ogórek kiszony	50 g		
obiad	Ogórkowa z ryżem	250 ml	I, VII, IX, X	
	Cepeliny z farszem ruskim	120 g	I, VII, IX	
	Kompot	250 ml		
	Surówka z białej kapusty	100 g		
podwieczorek	Ciasto jogurtowe z owocami	100 g	I, III, VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb razowy	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasta rybna	150 g	III, VII, IX	
	Pomidor	50 g		

24.07.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 80,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 30,0 g Węglowodany: 240,0 g w tym cukry: 50,0 g Łonnik: 22,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII III, VII	
	Kajzerka	50 g		
	Chleb żytni	30 g		
	Masło 82%	20 g		
	Jogurt owocowy	100 g		
	Jajko z majonezem	50 g		
	Pomidor	50 g		
obiad	Zupa pomidorowa z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Ryba	120 g	I, III, IV	
	Kapusta kiszona	100 g		
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Serek wiejski	150 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII VII	
	Chleb pszenno-żytni	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Pomidor	20 g		
	Ser biały ze szczypiorkiem	80 g		

24.07.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2150 kcal Białko: 85,0 g Tłuszcze: 65,0 g <u>w tym nasycone</u> <u>kwasy tłuszczowe:</u> 25,0 g Węglowodany: 235,0 g <u>w tym cukry:</u> 45,0 g Blonnik: 20,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - gotowanie na parze.
śniadanie	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb pszenny	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pomidor	50 g		
	Jajko	50 g	III	
obiad	Jogurt owocowy	100 g	VII	
	Zupa pomidorowa z makaronem	250 ml	I, VI, IX, X	
	Ryba gotowana	120 g		
	Marchew gotowana	100 g	I, IV	
	Ziemniaki z koperkiem	200 g		
	Kompot	250 ml		
podwieczorek	Serek wiejski	150 g	VII	
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenny	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pomidor	20 g		
	Ser biały z koperkiem	80 g	VII	

24.07.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 90,0 g Tłuszcze: 65,0 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 24,0 g Węglowodany: 190,0 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Blonnik: 24,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Jogurt naturalny Jajko z majonezem Pomidor	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII III, VII	
obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Ryba Kapusta kiszona Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IV	
podwieczorek	Serek wiejski	150 g	VII	
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pomidor Ser biały ze szczypiorkiem	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	I, VI, VII, XI VII VII	

25.07.2026				
DIETA PODSTAWOWA				
Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2100 kcal Białko: 80,0 g Tłuszcze: 85,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 32,0 g Węglowodany: 240,0 g <u>w tym cukry:</u> 55,0 g Blonnik: 18,0 g Sól: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie, - pieczenie.
śniadanie	Herbata	250 ml		
	Kajzerka	50 g	I, VI, VII, XI	
	Chleb żytni	30 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Parówka	50 g	I, VI, IX, X	
	hot-dog			
Jogurt naturalny	100 g	VII		
Banan	50 g			
obiad	Zupa koperkowa	250 ml	I, VI, IX, X	
	Naleśniki z serem	300 g	I, III, VII	
	Kompot	250 ml		
	Surówka z jabłkiem i marchewką	100 g		
podwieczorek	Sok warzywno-owocowy	300 ml		
kolacja	Herbata	250 ml		
	Chleb pszenno-żytni	80 g	I, VI, VII, XI	
	Masło 82%	20 g	VII	
	Pasztet z warzywami	150 g	I, VI, IX, X	
	Pomidor	20 g		

25.07.2026				
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko: 75,0 g Tłuszcze: 70,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 28,0 g Węglowodany: 220,0 g <u>w tym cukry:</u> 45,0 g Błonnik: 18,0 g Sód: 2,0 g
śniadanie	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X VII	
	Kajzerka	50 g		
	Chleb pszenny	30 g		
	Masło 82%	20 g		
	Parówka	50 g		
	hot-dog			
	Banan	50 g		
Jogurt naturalny	100 g			
obiad	Zupa koperkowa	250 ml	I, VI, IX, X	
	Naleśniki z serem	300 g	I, III, VII	
	Kompot	250 ml		
	Surówka z jabłkiem i marchewką	100 g		
podwieczorek	Sok warzywno-owocowy	300 ml		
kolacja	Herbata	250 ml	I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie, - pieczenie.
	Chleb pszenny	80 g		
	Masło 82%	20 g		
	Wędlina drobiowa	150 g		
	Pomidor	20 g		

25.07.2026				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	Wartość energetyczna: 2000 kcal Białko: 75,0 g Tłuszcze: 65,0 g w tym nasycone <u>kwasy</u> <u>tłuszczowe:</u> 26,0 g Węglowodany: 180,0 g w tym <u>cukry:</u> 35,0 g Blonnik: 22,0 g Sód: 2,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie, - pieczenie
śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Jogurt naturalny Parówka hot-dog Banan	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII I, VI, IX, X	
obiad	Zupa koperkowa Naleśniki z serem Kompot Surówka z jabłkiem i marchewką	250 ml 300 g 250 ml 100 g	I, VI, IX, X I, VII	
podwieczorek	Sok pomidorowy	300 ml		
kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Paszтет z warzywami Pomidor	250 ml 80 g 20 g 150 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	