

Jadłospis 03.03-12.03.2026

03.03.2026

DIETA PODSTAWOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 653 kcal <u>Białko:</u> 32,4 g <u>Tłuszcze:</u> 32,5 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 16,1 g <u>Węglowodany:</u> 58,3 g w tym cukry: 10,8 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 2,1 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Chleb żytni Kajzerka Masło 82% Szynka gotowana Pomidor Ser żółty Sałata	100 g 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 40 g 50 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 641 kcal <u>Białko:</u> 44,0 g <u>Tłuszcze:</u> 19,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 4,3 g <u>Węglowodany:</u> 76,0 g w tym cukry: 14,0 g <u>Błonnik:</u> 11,9 g <u>Sól:</u> 1,9 g	obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Potrawka drobiowa Kompot Surówka z czerwonej kapusty Ziemniaki z koperkiem	250 ml 270 g 250 ml 100 g 200 g	VII, IX, X I, VII, IX	Wartość energetyczna: 2207 kcal Białko: 116,0 g Tłuszcze: 109,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 42,9 g Węglowodany: 192,9 g w tym cukry: 33,8 g Błonnik: 21,4 g Sól: 7,5 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 719 kcal <u>Białko:</u> 17,6 g <u>Tłuszcze:</u> 47,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,5 g <u>Węglowodany:</u> 54,6 g w tym cukry: 6,0 g <u>Błonnik:</u> 3,5 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 194 kcal <u>Białko:</u> 22,0 g <u>Tłuszcze:</u> 10,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 7,0 g <u>Węglowodany:</u> 4,0 g w tym cukry: 3,0 g <u>Błonnik:</u> 0,0 g <u>Sól:</u> 1,4 g	II kolacja	Serek wiejski	200 g	VII	

03.03.2026

DIETA WĄTROBOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 545 kcal <u>Białko:</u> 29,0 g <u>Tłuszcze:</u> 21,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 12,9 g <u>Węglowodany:</u> 59,1 g <u>w tym cukry:</u> 12,1 g <u>Błonnik:</u> 4,0 g <u>Sól:</u> 2,1 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Szyunka gotowana Ser biały Pomidor Sałata	100 g 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 50 g 40 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 641 kcal <u>Białko:</u> 44,0 g <u>Tłuszcze:</u> 19,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 4,3 g <u>Węglowodany:</u> 76,0 g <u>w tym cukry:</u> 14,0 g <u>Błonnik:</u> 11,9 g <u>Sól:</u> 1,9 g	obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Potrawka drobiowa Kompot Surówka z czerwonej kapusty Ziemniaki z koperkiem	250 ml 270 g 250 ml 100 g 200 g	VII, IX, X I, VII, IX	Wartość energetyczna: 2092 kcal Białko: 113,8 g Tłuszcze: 98,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 39,4 g Węglowodany: 191,8 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g Błonnik: 19,0 g Sól: 7,5 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 712 kcal <u>Białko:</u> 18,8 g <u>Tłuszcze:</u> 47,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,2 g <u>Węglowodany:</u> 52,7 g <u>w tym cukry:</u> 5,9 g <u>Błonnik:</u> 3,1 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 194 kcal <u>Białko:</u> 22,0 g <u>Tłuszcze:</u> 10,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 7,0 g <u>Węglowodany:</u> 4,0 g <u>w tym cukry:</u> 3,0 g <u>Błonnik:</u> 0,0 g <u>Sól:</u> 1,4 g	II kolacja	Serek wiejski	200 g	VII	

03.03.2026

DIETA CUKRZYCOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 602 kcal <u>Białko:</u> 31,7 g <u>Tłuszcze:</u> 31,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 18,0 g <u>Węglowodany:</u> 50,1 g w tym cukry: 10,6 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 2,2 g	śniadanie	Jogurt naturalny Herbata Chleb razowy Masło 82% Szynka gotowana Pomidor Ser żółty Sałata	100 g 250 ml 30 g 20 g 50 g 50 g 50 g 10 g	VII I, VI, VII, XI VII IX, X VII	Wartość energetyczna: 2113 kcal Białko: 114,2 g Tłuszcze: 107,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 36,2 g Węglowodany: 177,7 g w tym cukry: 34,1 g Błonnik: 24,9 g Sól: 7,6 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 641 kcal <u>Białko:</u> 44,0 g <u>Tłuszcze:</u> 19,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 4,3 g <u>Węglowodany:</u> 76,0 g w tym cukry: 14,0 g <u>Błonnik:</u> 11,9 g <u>Sól:</u> 1,9 g	obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Potrawka drobiowa Kompot Surówka z czerwonej kapusty Ziemniaki z koperkiem	250 ml 270 g 250 ml 100 g 200 g	VII, IX, X I, VII, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 676 kcal <u>Białko:</u> 16,5 g <u>Tłuszcze:</u> 47,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 6,9 g <u>Węglowodany:</u> 47,6 g w tym cukry: 6,5 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 194 kcal <u>Białko:</u> 22,0 g <u>Tłuszcze:</u> 10,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 7,0 g <u>Węglowodany:</u> 4,0 g w tym cukry: 3,0 g <u>Błonnik:</u> 0,0 g <u>Sól:</u> 1,4 g	II kolacja	Serek wiejski	200 g	VII	

03.03.2026

DIETA DZIECIĘCA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 657 kcal <u>Białko:</u> 34,0 g <u>Tłuszcze:</u> 32,5 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 16,1 g <u>Węglowodany:</u> 57,4 g <u>w tym cukry:</u> 10,4 g <u>Błonnik:</u> 4,1 g <u>Sól:</u> 2,1 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata owocowa Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Szyunka gotowana Pomidor Ser żółty Sałata	100 g 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 40 g 50 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII IX, X VII	Wartość energetyczna: 1939 kcal Białko: 95,8 g Tłuszcze: 75,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 33,7 g Węglowodany: 208,6 g <u>w tym cukry:</u> 43,3 g Błonnik: 20,9 g Sól: 5,1 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 641 kcal <u>Białko:</u> 44,0 g <u>Tłuszcze:</u> 19,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 4,3 g <u>Węglowodany:</u> 76,0 g <u>w tym cukry:</u> 14,0 g <u>Błonnik:</u> 11,9 g <u>Sól:</u> 1,9 g	obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Potrawka drobiowa Kompot Surówka z czerwonej kapusty Ziemniaki z koperkiem	250 ml 270 g 250 ml 100 g 200 g	VII, IX, X I, VII, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 517 kcal <u>Białko:</u> 17,1 g <u>Tłuszcze:</u> 23,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 13,3 g <u>Węglowodany:</u> 61,2 g <u>w tym cukry:</u> 5,9 g <u>Błonnik:</u> 3,9 g <u>Sól:</u> 1,1 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Wędlina drobiowa Jabłko	250 ml 100 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 124 kcal <u>Białko:</u> 0,7 g <u>Tłuszcze:</u> 0,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0 g <u>Węglowodany:</u> 14,0 g <u>w tym cukry:</u> 13 g <u>Błonnik:</u> 1,0 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Mus owocowy	200 g		

04.03.2026

DIETA PODSTAWOWA

	Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 662 kcal <u>Białko:</u> 21,4 g <u>Tłuszcze:</u> 35,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,9 g <u>Węglowodany:</u> 63,3 g <u>w tym cukry:</u> 9,7 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 2,0 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Szynka konserwowa Serek topiony Ogórek zielony Sałata	100 g 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 40 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 899 kcal <u>Białko:</u> 40,1 g <u>Tłuszcze:</u> 27,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 8,5 g <u>Węglowodany:</u> 125,0 g <u>w tym cukry:</u> 7,6 g <u>Błonnik:</u> 9,7 g <u>Sól:</u> 0,4 g	obiad	Grochowa Makaron z sosem boloness Kompot Warzywa gotowane	250 ml 300 g 250 ml 100 g	I, VI, IX, X I	Wartość energetyczna: 2254 kcal Białko: 82,4 g Tłuszcze: 94,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 40,1 g Węglowodany: 263,2 g <u>w tym cukry:</u> 25,9 g Błonnik: 21,7 g Sól: 4,7 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 588 kcal <u>Białko:</u> 20,9 g <u>Tłuszcze:</u> 31,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,7 g <u>Węglowodany:</u> 53,8 g <u>w tym cukry:</u> 0,7 g <u>Błonnik:</u> 4,0 g <u>Sól:</u> 2,3 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Paszтет pieczony z warzywami Ogórek kiszony	250 ml 80 g 20 g 100 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 105 kcal <u>Białko:</u> 0,0 g <u>Tłuszcze:</u> 0,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,0 g <u>Węglowodany:</u> 21,1 g <u>w tym cukry:</u> 7,9 g <u>Błonnik:</u> 2,0 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Kisiel	100 g		

04.03.2026

DIETA WĄTROBOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 660 kcal <u>Białko:</u> 25,2 g <u>Tłuszcze:</u> 30,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 16,0 g <u>Węglowodany:</u> 70,3 g <u>w tym cukry:</u> 18,2 g <u>Błonnik:</u> 3,7 g <u>Sól:</u> 2,5 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Szynka konserwowa Szynka drobiowa Sałata Banan	100 g 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 10 g 50 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 578 kcal <u>Białko:</u> 31,0 g <u>Tłuszcze:</u> 10,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,9 g <u>Węglowodany:</u> 93,2 g <u>w tym cukry:</u> 6,3 g <u>Błonnik:</u> 9,6 g <u>Sól:</u> 0,5 g	obiad	Kluski lane Makaron z sosem boloness Kompot Warzywa gotowane	250 ml 300 g 250 ml 100 g	I, VI, IX, X I	Wartość energetyczna: 1834 kcal Białko: 76,7 g Tłuszcze: 70,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 34,3 g Węglowodany: 229,0 g <u>w tym cukry:</u> 32,9 g Błonnik: 17,5 g Sól: 3,9 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 527 kcal <u>Białko:</u> 20,5 g <u>Tłuszcze:</u> 29,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,4 g <u>Węglowodany:</u> 44,4 g <u>w tym cukry:</u> 0,5 g <u>Błonnik:</u> 2,2 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Kiełbasa krakowska Ogórek	250 ml 80 g 20 g 50 g 30 g	I, VI, VII, XI VII IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 105 kcal <u>Białko:</u> 0,0 g <u>Tłuszcze:</u> 0,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,0 g <u>Węglowodany:</u> 21,1 g <u>w tym cukry:</u> 7,9 g <u>Błonnik:</u> 2,0 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Kisiel	100 g		

04.03.2026

DIETA CUKRZYCOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 611 kcal <u>Białko:</u> 20,7 g <u>Tłuszcze:</u> 34,5 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,6 g <u>Węglowodany:</u> 55,1 g <u>w tym cukry:</u> 9,6 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 2,0 g	śniadanie	Jogurt naturalny Herbata Chleb razowy Masło 82% Szynka konserwowa Serek topiony Ogórek zielony Sałata	100 g 250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g 40 g 10 g	VII I, VI, VII, XI VII VII, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 899 kcal <u>Białko:</u> 40,1 g <u>Tłuszcze:</u> 27,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 8,5 g <u>Węglowodany:</u> 125,0 g <u>w tym cukry:</u> 7,6 g <u>Błonnik:</u> 9,7 g <u>Sól:</u> 0,4 g	obiad	Grochowa Makaron z sosem boloness Kompot Warzywa gotowane	250 ml 300 g 250 ml 100 g	I, VI, IX, X I	Wartość energetyczna: 2103 kcal Białko: 80,6 g Tłuszcze: 93,2 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 39,7 g Węglowodany: 237,9 g <u>w tym cukry:</u> 24,1 g Błonnik: 21,7 g Sól: 4,6 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 545 kcal <u>Białko:</u> 19,8 g <u>Tłuszcze:</u> 31,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,6 g <u>Węglowodany:</u> 46,8 g <u>w tym cukry:</u> 1,0 g <u>Błonnik:</u> 5,0 g <u>Sól:</u> 2,2 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Paszтет pieczony z warzywami Ogórek kiszony	250 ml 80 g 20 g 100 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 48 kcal <u>Białko:</u> 0,0 g <u>Tłuszcze:</u> 0,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,0 g <u>Węglowodany:</u> 11,0 g <u>w tym cukry:</u> 5,9 g <u>Błonnik:</u> 0,0 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Kisiel bez cukru	100 g		

04.03.2026

DIETA DZIECIĘCA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 516 kcal <u>Białko:</u> 18,4 g <u>Tłuszcze:</u> 34,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,5 g <u>Węglowodany:</u> 33,1 g <u>w tym cukry:</u> 8,7 g <u>Błonnik:</u> 3,5 g <u>Sól:</u> 1,4 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata owocowa Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Szynka konserwowa Serek topiony Ogórek zielony Sałata	100 g 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 40 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 578 kcal <u>Białko:</u> 31,0 g <u>Tłuszcze:</u> 10,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,9 g <u>Węglowodany:</u> 93,2 g <u>w tym cukry:</u> 6,3 g <u>Błonnik:</u> 9,6 g <u>Sól:</u> 0,5 g	obiad	Kluski lane Makaron z sosem boloness Kompot Warzywa gotowane	250 ml 300 g 250 ml 100 g	I, VI, IX, X I	Wartość energetyczna: 1726 kcal Białko: 69,9 g Tłuszcze: 73,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 33,8 g Węglowodany: 191,8 g <u>w tym cukry:</u> 23,4 g Błonnik: 18,3 g Sól: 2,8 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 527 kcal <u>Białko:</u> 20,5 g <u>Tłuszcze:</u> 29,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,4 g <u>Węglowodany:</u> 44,4 g <u>w tym cukry:</u> 0,5 g <u>Błonnik:</u> 3,2 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Kielbasa krakowska Ogórek kiszony	250 ml 80 g 20 g 50 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 105 kcal <u>Białko:</u> 0,0 g <u>Tłuszcze:</u> 0,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,0 g <u>Węglowodany:</u> 21,1 g <u>w tym cukry:</u> 7,9 g <u>Błonnik:</u> 2,0 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Kisiel	100 g		

05.03.2026

DIETA PODSTAWOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 710 kcal <u>Białko:</u> 28,0 g <u>Tłuszcze:</u> 30,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 14,7 g <u>Węglowodany:</u> 82,2 g <u>w tym cukry:</u> 23,3 g <u>Błonnik:</u> 6,1 g <u>Sól:</u> 1,4 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Płatki jęczmienne na mleku Wędlina drobiowa Dżem Papryka czerwona Ogórek kiszony	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 100 g 50 g 10 g 20 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VII III, VI, IX, X	Wartość energetyczna: 2110 kcal Białko: 81,4 g Tłuszcze: 84,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 35,8 g Węglowodany: 253,0 g <u>w tym cukry:</u> 46,6 g Błonnik: 17,2 g Sól: 5,3 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 821 kcal <u>Białko:</u> 38,0 g <u>Tłuszcze:</u> 31,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 7,7 g <u>Węglowodany:</u> 94,8 g <u>w tym cukry:</u> 14,0 g <u>Błonnik:</u> 6,9 g <u>Sól:</u> 1,7 g	obiad	Piecarkowa z makaronem Ziemniaki z koperkiem Kotlet mielony Surówka z białej kapusty Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	I, III, IX, X I, III, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 433 kcal <u>Białko:</u> 11,6 g <u>Tłuszcze:</u> 19,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,7 g <u>Węglowodany:</u> 52,4 g <u>w tym cukry:</u> 5,5 g <u>Błonnik:</u> 3,5 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Galaretką mięsno-warzywna Pomarańcza	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 146 kcal <u>Białko:</u> 3,8 g <u>Tłuszcze:</u> 4,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 1,7 g <u>Węglowodany:</u> 23,6 g <u>w tym cukry:</u> 3,8 g <u>Błonnik:</u> 0,7 g <u>Sól:</u> 0,1 g	II kolacja	Ciasto drożdżowe	50 g	I, III, VII	

05.03.2026

DIETA WĄTROBOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 730 kcal <u>Białko:</u> 29,0 g <u>Tłuszcze:</u> 30,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 14,7 g <u>Węglowodany:</u> 92,9 g <u>w tym cukry:</u> 30,5 g <u>Błonnik:</u> 5,3 g <u>Sól:</u> 2,0 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Wędlina drobiowa Sałata Dżem Jabłko Płatki jęczmienne na mleku	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 10 g 50 g 50 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, VII, X I, VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 642 kcal <u>Białko:</u> 28,0 g <u>Tłuszcze:</u> 18,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,8 g <u>Węglowodany:</u> 94,4 g <u>w tym cukry:</u> 15,2 g <u>Błonnik:</u> 5,9 g <u>Sól:</u> 1,4 g	obiad	Ryżanka Ziemniaki z koperkiem Pulpet w sosie Surówka z białej kapusty Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	I, IX, X I, III, IX, X	Wartość energetyczna: 1944 kcal Białko: 73,6 g Tłuszcze: 71,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 28,9 g Węglowodany: 261,4 g <u>w tym cukry:</u> 54,9 g Błonnik: 16,0 g Sól: 5,6 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 426 kcal <u>Białko:</u> 12,8 g <u>Tłuszcze:</u> 19,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,7 g <u>Węglowodany:</u> 50,5 g <u>w tym cukry:</u> 5,4 g <u>Błonnik:</u> 3,1 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Galaretka mięsno-warzywna Pomarańcza	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 146 kcal <u>Białko:</u> 3,8 g <u>Tłuszcze:</u> 4,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 1,7 g <u>Węglowodany:</u> 23,6 g <u>w tym cukry:</u> 3,8 g <u>Błonnik:</u> 0,7 g <u>Sól:</u> 0,1 g	II kolacja	Ciasto drożdżowe	50 g	I, III, VII	

05.03.2026

DIETA CUKRZYCOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 890 kcal <u>Białko:</u> 54,0 g <u>Tłuszcze:</u> 51,5 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 27,1 g <u>Węglowodany:</u> 61,2 g <u>w tym cukry:</u> 7,4 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 1,5 g	śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Ser żółty Ogórek kiszony Sałata Wędlina drobiowa Płatki jęczmienne na mleku	250 ml 80 g 20 g 100 g 30 g 10 g 50 g 100 g	I, VI, VII, XI VII VII I, VI, VII, X I, VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 821 kcal <u>Białko:</u> 38,0 g <u>Tłuszcze:</u> 31,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 7,7 g <u>Węglowodany:</u> 94,8 g <u>w tym cukry:</u> 14,0 g <u>Błonnik:</u> 6,9 g <u>Sól:</u> 1,7 g	obiad	Piecarkowa z makaronem Ziemniaki z koperkiem Kotlet mielony Surówka z białej kapusty Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	I, III, IX, X I, III, IX, X	Wartość energetyczna: 2157 kcal Białko: 106,1 g Tłuszcze: 104,5 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 47,6 g Węglowodany: 207,6 g <u>w tym cukry:</u> 28,6 g Błonnik: 20,5 g Sól: 5,5 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 391 kcal <u>Białko:</u> 10,3 g <u>Tłuszcze:</u> 19,2 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,7 g <u>Węglowodany:</u> 45,8 g <u>w tym cukry:</u> 6,5 g <u>Błonnik:</u> 6,1 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Galaretk mięsno-warzywna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 55 kcal <u>Białko:</u> 3,8 g <u>Tłuszcze:</u> 2,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 1,1 g <u>Węglowodany:</u> 5,8 g <u>w tym cukry:</u> 0,7 g <u>Błonnik:</u> 1,5 g <u>Sól:</u> 0,2 g	II kolacja	Ciasto drożdżowe bez cukru	50 g	I, III, VII	

05.03.2026

DIETA DZIECIĘCA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 880 kcal <u>Białko:</u> 42,0 g <u>Tłuszcze:</u> 43,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 26,2 g <u>Węglowodany:</u> 86,4 g <u>w tym cukry:</u> 24,7 g <u>Błonnik:</u> 3,4 g <u>Sól:</u> 2,2 g	śniadanie	Herbata owocowa Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser żółty Sałata Ogórek kiszony Dżem Płatki jęczmienne na mleku	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 10 g 30 g 50 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII I, VII	Wartość energetyczna: 2325 kcal Białko: 98,5 g Tłuszcze: 97,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 47,4 g Węglowodany: 266,2 g <u>w tym cukry:</u> 48,0 g Błonnik: 14,9 g Sól: 5,1 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 821 kcal <u>Białko:</u> 38,0 g <u>Tłuszcze:</u> 31,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 7,7 g <u>Węglowodany:</u> 94,8 g <u>w tym cukry:</u> 14,0 g <u>Błonnik:</u> 6,9 g <u>Sól:</u> 1,7 g	obiad	Ryżanka Ziemniaki z koperkiem Kotlet mielony Surówka z białej kapusty Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	I, IX, X I, III, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 478 kcal <u>Białko:</u> 14,7 g <u>Tłuszcze:</u> 19,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,8 g <u>Węglowodany:</u> 61,4 g <u>w tym cukry:</u> 5,5 g <u>Błonnik:</u> 3,9 g <u>Sól:</u> 1,1 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Wędlina drobiowa Pomarańcza	250 ml 100 g 20 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 146 kcal <u>Białko:</u> 3,8 g <u>Tłuszcze:</u> 4,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 1,7 g <u>Węglowodany:</u> 23,6 g <u>w tym cukry:</u> 3,8 g <u>Błonnik:</u> 0,7 g <u>Sól:</u> 0,1 g	II kolacja	Ciasto drożdżowe	50 g	I, III, VII	

06.03.2026

DIETA PODSTAWOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 619 kcal <u>Białko:</u> 21,6 g <u>Tłuszcze:</u> 32,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,1 g <u>Węglowodany:</u> 60,3 g <u>w tym cukry:</u> 12,0 g <u>Błonnik:</u> 3,2 g <u>Sól:</u> 1,2 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Jogurt owocowy Ser biały z rzodkiewką i szczypiorkiem Jajko z majonezem Sałata	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 100 g 50 g 10 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 880 kcal <u>Białko:</u> 38,0 g <u>Tłuszcze:</u> 32,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 9,5 g <u>Węglowodany:</u> 111,6 g <u>w tym cukry:</u> 39,0 g <u>Błonnik:</u> 5,6 g <u>Sól:</u> 2,2 g	obiad	Krupnik Naleśniki z serem Kompot Marchewka z jabłkiem	250 ml 270 g 250 ml 100 g	I, VII, IX, X I, III, VII	Wartość energetyczna: 2118 kcal Białko: 69,4 g Tłuszcze: 90,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 36,5 g Węglowodany: 256,7 g <u>w tym cukry:</u> 66,9 g Błonnik: 13,3 g Sól: 4,3 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 491 kcal <u>Białko:</u> 8,2 g <u>Tłuszcze:</u> 24,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,8 g <u>Węglowodany:</u> 57,0 g <u>w tym cukry:</u> 4,0 g <u>Błonnik:</u> 2,8 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 128 kcal <u>Białko:</u> 1,6 g <u>Tłuszcze:</u> 0,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,1 g <u>Węglowodany:</u> 27,8 g <u>w tym cukry:</u> 11,9 g <u>Błonnik:</u> 1,7 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Wafle ryżowe z dżemem	20 g	I, XI	

06.03.2026

DIETA WĄTROBOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 654 kcal <u>Białko:</u> 37,2 g <u>Tłuszcze:</u> 32,2 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 14,5 g <u>Węglowodany:</u> 54,6 g <u>w tym cukry:</u> 7,3 g <u>Błonnik:</u> 3,1 g <u>Sól:</u> 1,2 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser biały z koperkiem Jajko z majonezem Sałata Jogurt owocowy	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 50 g 10 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 880 kcal <u>Białko:</u> 38,0 g <u>Tłuszcze:</u> 32,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 9,5 g <u>Węglowodany:</u> 111,6 g <u>w tym cukry:</u> 39,0 g <u>Błonnik:</u> 5,6 g <u>Sól:</u> 2,2 g	obiad	Krupnik Naleśniki z serem Kompot Marchewka z jabłkiem	250 ml 270 g 250 ml 100 g	I, VII, IX, X I, III, VII	Wartość energetyczna: 2146 kcal Białko: 86,2 g Tłuszcze: 90,4 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 35,9 g Węglowodany: 249,0 g <u>w tym cukry:</u> 62,1 g Błonnik: 13,8 g Sól: 4,3 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 484 kcal <u>Białko:</u> 9,4 g <u>Tłuszcze:</u> 24,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,8 g <u>Węglowodany:</u> 55,0 g <u>w tym cukry:</u> 3,9 g <u>Błonnik:</u> 2,4 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 128 kcal <u>Białko:</u> 1,6 g <u>Tłuszcze:</u> 0,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,1 g <u>Węglowodany:</u> 27,8 g <u>w tym cukry:</u> 11,9 g <u>Błonnik:</u> 1,7 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Wafle ryżowe z dżemem	20 g	I, XI	

06.03.2026

DIETA CUKRZYCOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 568 kcal <u>Białko:</u> 21,2 g <u>Tłuszcze:</u> 32,4 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,2 g <u>Węglowodany:</u> 49,3 g <u>w tym cukry:</u> 5,0 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 1,2 g	śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Jogurt naturalny Ser biały z rzodkiewką i szczypiorkiem Jajko z majonezem Sałata	250 ml 80 g 20 g 100 g 100 g 50 g 10 g	I, VI, VII, XI VII VII VII VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 880 kcal <u>Białko:</u> 38,0 g <u>Tłuszcze:</u> 32,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 9,5 g <u>Węglowodany:</u> 111,6 g <u>w tym cukry:</u> 39,0 g <u>Błonnik:</u> 5,6 g <u>Sól:</u> 2,2 g	obiad	Krupnik Naleśniki z serem Kompot Marchewka z jabłkiem	250 ml 270 g 250 ml 100 g	I, VII, IX, X I, III, VII	Wartość energetyczna: 1973 kcal Białko: 67,7 g Tłuszcze: 90,4 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 36,6 g Węglowodany: 2325,7 g <u>w tym cukry:</u> 48,7 g Błonnik: 20,8 g Sól: 4,3 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 448 kcal <u>Białko:</u> 7,0 g <u>Tłuszcze:</u> 24,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,8 g <u>Węglowodany:</u> 49,0 g <u>w tym cukry:</u> 4,5 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 77 kcal <u>Białko:</u> 1,5 g <u>Tłuszcze:</u> 0,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,1 g <u>Węglowodany:</u> 15,8 g <u>w tym cukry:</u> 0,2 g <u>Błonnik:</u> 1,2 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Wafle ryżowe	20 g	I, XI	

06.03.2026

DIETA DZIECIĘCA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 563 kcal <u>Białko:</u> 19,2 g <u>Tłuszcze:</u> 31,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 14,3 g <u>Węglowodany:</u> 51,0 g <u>w tym cukry:</u> 3,8 g <u>Błonnik:</u> 2,8 g <u>Sól:</u> 1,1 g	śniadanie	Herbata owocowa Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser biały z rzodkiewką i szczypiorkiem Jajko z majonezem Sałata Jogurt owocowy	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 50 g 10 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 880 kcal <u>Białko:</u> 38,0 g <u>Tłuszcze:</u> 32,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 9,5 g <u>Węglowodany:</u> 111,6 g <u>w tym cukry:</u> 39,0 g <u>Błonnik:</u> 5,6 g <u>Sól:</u> 2,2 g	obiad	Krupnik Naleśniki z serem Kompot Marchewka z jabłkiem	250 ml 270 g 250 ml 100 g	I, VII, IX, X I, III, VII	Wartość energetyczna: 2055 kcal Białko: 68,2 g Tłuszcze: 89,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 35,7 g Węglowodany: 245,4 g <u>w tym cukry:</u> 58,6 g Błonnik: 12,5 g Sól: 4,2 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 484 kcal <u>Białko:</u> 9,4 g <u>Tłuszcze:</u> 24,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,8 g <u>Węglowodany:</u> 55,0 g <u>w tym cukry:</u> 3,9 g <u>Błonnik:</u> 2,4 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 128 kcal <u>Białko:</u> 1,6 g <u>Tłuszcze:</u> 0,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,1 g <u>Węglowodany:</u> 27,8 g <u>w tym cukry:</u> 11,9 g <u>Błonnik:</u> 1,7 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Wafle ryżowe z dżemem	20 g	I, XI	

07.03.2026

DIETA PODSTAWOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 620 kcal <u>Białko:</u> 27,7 g <u>Tłuszcze:</u> 35,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 19,0 g <u>Węglowodany:</u> 48,9 g w tym cukry: 2,2 g <u>Błonnik:</u> 6,1 g <u>Sól:</u> 0,9 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Ser żółty Wędlina drobiowa Pomidor Ogórek zielony Jogurt naturalny	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 20 g 20 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 560 kcal <u>Białko:</u> 22,8 g <u>Tłuszcze:</u> 19,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 4,1 g <u>Węglowodany:</u> 72,0 g w tym cukry: 15,9 g <u>Błonnik:</u> 11,5 g <u>Sól:</u> 0,5 g	obiad	Koperkowa Kotlet schabowy 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 	Wartość energetyczna: 1589 kcal Białko: 61,8 g Tłuszcze: 73,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 34,8 g Węglowodany: 177,9 g w tym cukry: 27,5 g Błonnik: 23,0 g Sól: 3,2 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 404 kcal <u>Białko:</u> 10,4 g <u>Tłuszcze:</u> 18,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 11,6 g <u>Węglowodany:</u> 47,2 g w tym cukry: 1,1 g <u>Błonnik:</u> 3,6 g <u>Sól:</u> 1,8 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Galantyna z kurczaka z warzywami Ogórek	250 ml 80 g 20 g 80 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, IX, X 	
<u>Wartość energetyczna:</u> 44 kcal <u>Białko:</u> 0,9 g <u>Tłuszcz:</u> 0,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 0,1 g <u>Węglowodany:</u> 9,8 g w tym cukry: 8,3 g <u>Błonnik:</u> 0,8 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Galaretka z owocami	150 ml		

07.03.2026

DIETA WĄTROBOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 669 kcal <u>Białko:</u> 38,3 g <u>Tłuszcze:</u> 35,4 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 19,5 g <u>Węglowodany:</u> 49,5 g <u>w tym cukry:</u> 3,3 g <u>Błonnik:</u> 4,3 g <u>Sól:</u> 0,9 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser biały Wędlina drobiowa Pomidor Sałata Jogurt naturalny	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 40 g 10 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 463 kcal <u>Białko:</u> 26,9 g <u>Tłuszcze:</u> 6,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,1 g <u>Węglowodany:</u> 57,9 g <u>w tym cukry:</u> 18,0 g <u>Błonnik:</u> 11,5 g <u>Sól:</u> 0,5 g	obiad	Koperkowa Kotlet schabowy gotowany Buraczki gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X 	Wartość energetyczna: 1573 kcal Białko: 77,7 g Tłuszcze: 61,5 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 33,3 g Węglowodany: 162,5 g <u>w tym cukry:</u> 30,6 g Błonnik: 19,8 g Sól: 3,2 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 397 kcal <u>Białko:</u> 11,6 g <u>Tłuszcze:</u> 18,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,6 g <u>Węglowodany:</u> 45,3 g <u>w tym cukry:</u> 1,0 g <u>Błonnik:</u> 2,2 g <u>Sól:</u> 1,8 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Galantyna z kurczaka z warzywami Ogórek	250 ml 80 g 20 g 80 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, IX, X 	
<u>Wartość energetyczna:</u> 44 kcal <u>Białko:</u> 0,9 g <u>Tłuszcz:</u> 0,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,1 g <u>Węglowodany:</u> 9,8 g <u>w tym cukry:</u> 8,3 g <u>Błonnik:</u> 0,8 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Galaretka z owocami	150 ml		

07.03.2026

DIETA CUKRZYCOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 628 kcal <u>Białko:</u> 31,3 g <u>Tłuszcze:</u> 35,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 20,0 g <u>Węglowodany:</u> 46,6 g <u>w tym cukry:</u> 3,2 g <u>Błonnik:</u> 6,9 g <u>Sól:</u> 0,9 g	śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Jogurt naturalny Ser żółty Wędlina drobiowa Pomidor Sałata	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g 50 g 40 g 10 g	I, VI, VII, XI VII VII VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 560 kcal <u>Białko:</u> 22,8 g <u>Tłuszcze:</u> 19,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 4,1 g <u>Węglowodany:</u> 72,0 g <u>w tym cukry:</u> 15,9 g <u>Błonnik:</u> 11,5 g <u>Sól:</u> 0,5 g	obiad	Koperkowa Kotlet schabowy panierowany Buraczki gotowane Ziemniaki Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X	Wartość energetyczna: 1573 kcal Białko: 65,9 g Tłuszcze: 73,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 35,7 g Węglowodany: 162,4 g <u>w tym cukry:</u> 19,7 g Błonnik: 25,6 g Sól: 3,3 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 361 kcal <u>Białko:</u> 9,2 g <u>Tłuszcze:</u> 18,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,6 g <u>Węglowodany:</u> 40,2 g <u>w tym cukry:</u> 1,5 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 1,9 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Galantyna z kurczaka z warzywami Ogórek	250 ml 80 g 20 g 80 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 24 kcal <u>Białko:</u> 2,6 g <u>Tłuszcz:</u> 0,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,0 g <u>Węglowodany:</u> 3,6 g <u>w tym cukry:</u> 0,0 g <u>Błonnik:</u> 0,2 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Galaretka bez cukru	150 ml	VII	

07.03.2026

DIETA DZIECIĘCA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 619 kcal <u>Białko:</u> 29,1 g <u>Tłuszcze:</u> 35,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 19,5 g <u>Węglowodany:</u> 46,8 g <u>w tym cukry:</u> 1,4 g <u>Błonnik:</u> 3,1 g <u>Sól:</u> 0,9 g	śniadanie	Herbata owocowa Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser żółty Wędlina drobiowa Sałata Pomidor Jogurt naturalny	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 10 g 40 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 560 kcal <u>Białko:</u> 22,8 g <u>Tłuszcze:</u> 19,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 4,1 g <u>Węglowodany:</u> 72,0 g <u>w tym cukry:</u> 15,9 g <u>Błonnik:</u> 11,5 g <u>Sól:</u> 0,5 g	obiad	Koperkowa Kotlet schabowy panierowany Buraczki gotowane Ziemniaki Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X 	Wartość energetyczna: 1701 kcal Białko: 69,2 g Tłuszcze: 75,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 37,5 g Węglowodany: 184,2 g <u>w tym cukry:</u> 35,6 g Błonnik: 19,4 g Sól: 3,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 478 kcal <u>Białko:</u> 16,4 g <u>Tłuszcze:</u> 21,4 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 13,8 g <u>Węglowodany:</u> 55,6 g <u>w tym cukry:</u> 10,0 g <u>Błonnik:</u> 3,0 g <u>Sól:</u> 1,6 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Ogonówka Banan	250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 44 kcal <u>Białko:</u> 0,9 g <u>Tłuszcz:</u> 0,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,1 g <u>Węglowodany:</u> 9,8 g <u>w tym cukry:</u> 8,3 g <u>Błonnik:</u> 0,8 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Galaretka z owocami	150 ml		

08.03.2026

DIETA PODSTAWOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 990 kcal <u>Białko:</u> 39,8 g <u>Tłuszcze:</u> 52,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 25,1 g <u>Węglowodany:</u> 94,0 g <u>w tym cukry:</u> 31,0 g <u>Błonnik:</u> 6,2 g <u>Sól:</u> 1,6 g	śniadanie	Ryż na mleku Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Kiełbasa biała na ciepło Ser żółty Pomidor Ogórek	250 ml 250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 50 g 20 g 20 g	I, VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X VII	Wartość energetyczna: 2321 kcal Białko: 85,2 g Tłuszcze: 103,4 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 39,7 g Węglowodany: 239,0 g <u>w tym cukry:</u> 50,1 g Błonnik: 22,7 g Sól: 3,5 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 650 kcal <u>Białko:</u> 35,1 g <u>Tłuszcze:</u> 11,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 3,2 g <u>Węglowodany:</u> 75,0 g <u>w tym cukry:</u> 9,4 g <u>Błonnik:</u> 12,5 g <u>Sól:</u> 1,0 g	obiad	Rosół z makaronem Kotlet de vollye Surówka z kapusty pekińskiej Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X III, VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 636 kcal <u>Białko:</u> 9,9 g <u>Tłuszcze:</u> 40,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,2 g <u>Węglowodany:</u> 60,0 g <u>w tym cukry:</u> 0,7 g <u>Błonnik:</u> 2,7 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata	250 ml 80 g 20 g 100 g 10 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 45 kcal <u>Białko:</u> 0,4 g <u>Tłuszcze:</u> 0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,2 g <u>Węglowodany:</u> 10,0 g <u>w tym cukry:</u> 9,0 g <u>Błonnik:</u> 1,3 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Sok warzywno-owocowy	100 ml		

08.03.2026

DIETA WĄTROBOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 993 kcal <u>Białko:</u> 39,7 g <u>Tłuszcze:</u> 52,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 25,3 g <u>Węglowodany:</u> 92,7 g <u>w tym cukry:</u> 32,1 g <u>Błonnik:</u> 4,3 g <u>Sól:</u> 1,6 g	śniadanie	Ryż na mleku Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Kiełbasa biała na ciepło Wędlina drobiowa Pomidor Sałata	250 ml 250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 50 g 20 g 10 g	I, VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X VI, IX, X	Wartość energetyczna: 2349 kcal Białko: 84,2 g Tłuszcze: 102,4 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 39,4 g Węglowodany: 250,6 g <u>w tym cukry:</u> 61,0 g Błonnik: 20,8 g Sól: 4,2 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 620 kcal <u>Białko:</u> 31,1 g <u>Tłuszcze:</u> 9,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,9 g <u>Węglowodany:</u> 78,9 g <u>w tym cukry:</u> 19,2 g <u>Błonnik:</u> 12,5 g <u>Sól:</u> 1,5 g	obiad	Rosół z makaronem Rolada drobiowa gotowana Warzywa gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 691 kcal <u>Białko:</u> 13,0 g <u>Tłuszcze:</u> 40,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,3 g <u>Węglowodany:</u> 69,0 g <u>w tym cukry:</u> 0,7 g <u>Błonnik:</u> 2,7 g <u>Sól:</u> 1,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata	250 ml 100 g 20 g 100 g 10 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 45 kcal <u>Białko:</u> 0,4 g <u>Tłuszcze:</u> 0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,2 g <u>Węglowodany:</u> 10,0 g <u>w tym cukry:</u> 9,0 g <u>Błonnik:</u> 1,3 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Sok warzywno-owocowy	100 ml		

08.03.2026

DIETA CUKRZYCOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 939 kcal <u>Białko:</u> 34,6 g <u>Tłuszcze:</u> 51,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 25,1 g <u>Węglowodany:</u> 85,7 g <u>w tym cukry:</u> 32,4 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 1,6 g	śniadanie	Ryż na mleku Herbata Chleb razowy Masło 82% Kiełbasa na ciepło Ser żółty Pomidor Ogórek	250 ml 250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g 20 g 20 g	I, VII I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X VII	Wartość energetyczna: 2211 kcal Białko: 79,5 g Tłuszcze: 103,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 39,2 g Węglowodany: 216,8 g <u>w tym cukry:</u> 46,1 g Błonnik: 27,7 g Sól: 4,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 650 kcal <u>Białko:</u> 35,1 g <u>Tłuszcze:</u> 11,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,9 g <u>Węglowodany:</u> 75,0 g <u>w tym cukry:</u> 9,4 g <u>Błonnik:</u> 12,5 g <u>Sól:</u> 1,0 g	obiad	Rosół z makaronem Kotlet de vollye Surówka z kapusty pekińskiej Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X III, VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 603 kcal <u>Białko:</u> 8,8 g <u>Tłuszcze:</u> 39,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,2 g <u>Węglowodany:</u> 53,0 g <u>w tym cukry:</u> 1,2 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 1,0 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata	250 ml 80 g 20 g 100 g 10 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 19 kcal <u>Białko:</u> 1,0 g <u>Tłuszcze:</u> 0,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,0 g <u>Węglowodany:</u> 3,1 g <u>w tym cukry:</u> 3,1 g <u>Błonnik:</u> 1,2 g <u>Sól:</u> 0,4 g	II kolacja	Sok pomidorowy	100 ml		

08.03.2026

DIETA DZIECIĘCA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
Wartość energetyczna: 994 kcal <u>Białko:</u> 39,7 g <u>Tłuszcze:</u> 53,2 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 25,3 g <u>Węglowodany:</u> 93,0 g <u>w tym cukry:</u> 32,1 g <u>Błonnik:</u> 4,3 g <u>Sól:</u> 1,6 g	śniadanie	Ryż na mleku Herbata owocowa Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Parówka na ciepło Ser żółty Pomidor Ogórek	250 ml 250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 50 g 20 g 20 g	I, VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X VII VI, IX, X	Wartość energetyczna: 2380 kcal Białko: 88,2 g Tłuszcze: 104,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 39,7 g Węglowodany: 247,0 g <u>w tym cukry:</u> 51,2 g Błonnik: 20,8 g Sól: 4,2 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
Wartość energetyczna: 650 kcal <u>Białko:</u> 35,1 g <u>Tłuszcze:</u> 11,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,9 g <u>Węglowodany:</u> 75,0 g <u>w tym cukry:</u> 9,4 g <u>Błonnik:</u> 12,5 g <u>Sól:</u> 1,0 g	obiad	Rosół z makaronem Kotlet de vollye Surówka z kapusty pekińskiej Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X III, VII	
Wartość energetyczna: 691 kcal <u>Białko:</u> 13,0 g <u>Tłuszcze:</u> 40,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,3 g <u>Węglowodany:</u> 69,0 g <u>w tym cukry:</u> 0,7 g <u>Błonnik:</u> 2,7 g <u>Sól:</u> 1,1 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata	250 ml 100 g 20 g 100 g 10 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
Wartość energetyczna: 45 kcal <u>Białko:</u> 0,4 g <u>Tłuszcze:</u> 0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,2 g <u>Węglowodany:</u> 10,0 g <u>w tym cukry:</u> 9,0 g <u>Błonnik:</u> 1,3 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Sok warzywno-owocowy	100 ml		

09.03.2026

DIETA PODSTAWOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 760 kcal <u>Białko:</u> 41,9 g <u>Tłuszcze:</u> 30,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 16,4 g <u>Węglowodany:</u> 92,3 g <u>w tym cukry:</u> 4,7 g <u>Błonnik:</u> 6,13 g <u>Sól:</u> 3,56 g	śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku Herbata Chleb żytni Kajzerka Masło 82% Parówka hot-dog Ser biały Ogórek zielony Papryka czerwona	250 ml 250 ml 30 g 50 g 20 g 100 g 50 g 20 g 10 g	I, VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VI, IX, X VII	Wartość energetyczna: 2374 kcal Białko: 92,4 g Tłuszcze: 105,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 38,9 g Węglowodany: 274,8 g <u>w tym cukry:</u> 39,4 g Błonnik: 23,63 g Sól: 6,68 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 810 kcal <u>Białko:</u> 33,3 g <u>Tłuszcze:</u> 22,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 5,7 g <u>Węglowodany:</u> 120,7 g <u>w tym cukry:</u> 20,0 g <u>Błonnik:</u> 12,8 g <u>Sól:</u> 1,0 g	obiad	Zupa koperkowa Gulasz wieprzowy Buraczki Kasza jęczmienna Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	VI, IX, X VII, IX I	
<u>Wartość energetyczna:</u> 701 kcal <u>Białko:</u> 11,9 g <u>Tłuszcze:</u> 50,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 14,8 g <u>Węglowodany:</u> 48,1 g <u>w tym cukry:</u> 2,7 g <u>Błonnik:</u> 4,7 g <u>Sól:</u> 2,12 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Sałata	250 ml 80 g 20 g 80 g 10 g	I, VI, VII, XI VII III, VII, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 103 kcal <u>Białko:</u> 5,3 g <u>Tłuszcze:</u> 3,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,0 g <u>Węglowodany:</u> 13,7 g <u>w tym cukry:</u> 12,0 g <u>Błonnik:</u> 0 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Serek homogenizowany	100 g	VII	

09.03.2026

DIETA WĄTROBOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 767 kcal <u>Białko:</u> 44,0 g <u>Tłuszcze:</u> 32,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 17,2 g <u>Węglowodany:</u> 94,8 g <u>w tym cukry:</u> 5,9 g <u>Błonnik:</u> 3,8 g <u>Sól:</u> 3,5 g	śniadanie	Płatki owsiane na mleku Herbata Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Parówka hot-dog Pomidor Ser biały	250 ml 250 ml 30 g 50 g 20 g 100 g 50 g 50 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VI, IX, X VII	Wartość energetyczna: 2374 kcal Białko: 95,7 g Tłuszcze: 107,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 39,7 g Węglowodany: 275,4 g <u>w tym cukry:</u> 40,5 g Błonnik: 18,9 g Sól: 6,6 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 810 kcal <u>Białko:</u> 33,3 g <u>Tłuszcze:</u> 22,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 5,7 g <u>Węglowodany:</u> 120,7 g <u>w tym cukry:</u> 20,0 g <u>Błonnik:</u> 12,8 g <u>Sól:</u> 1,0 g	obiad	Zupa koperkowa Gulasz wieprzowy Buraczki Kasza jęczmienna Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	VI, IX, X VII, IX I	
<u>Wartość energetyczna:</u> 694 kcal <u>Białko:</u> 13,1 g <u>Tłuszcze:</u> 50,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 14,8 g <u>Węglowodany:</u> 46,2 g <u>w tym cukry:</u> 2,6 g <u>Błonnik:</u> 2,3 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Sałata	250 ml 80 g 20 g 80 g 10 g	I, VI, VII, XI VII III, VII, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 103 kcal <u>Białko:</u> 5,3 g <u>Tłuszcze:</u> 3,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,0 g <u>Węglowodany:</u> 13,7 g <u>w tym cukry:</u> 12,0 g <u>Błonnik:</u> 0 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Serek homogenizowany	100 g	VII	

09.03.2026

DIETA CUKRZYCOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 708 kcal <u>Białko:</u> 41,0 g <u>Tłuszcze:</u> 33,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,1 g <u>Węglowodany:</u> 87,8 g <u>w tym cukry:</u> 4,5 g <u>Błonnik:</u> 7,7 g <u>Sól:</u> 3,3 g	śniadanie	Płatki owsiane na mleku Herbata Chleb razowy Masło 82% Parówka hot-dog Ser biały Ogórek zielony Papryka czerwona	250 ml 250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g 20 g 10 g	VII I, VI, VII, XI VII VI, IX, X VII	Wartość energetyczna: 2243 kcal Białko: 89,9 g Tłuszcze: 108,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 37,7 g Węglowodany: 253,6 g <u>w tym cukry:</u> 31,7 g Błonnik: 28,0 g Sól: 6,57 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 810 kcal <u>Białko:</u> 33,3 g <u>Tłuszcze:</u> 22,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 5,7 g <u>Węglowodany:</u> 120,7 g <u>w tym cukry:</u> 20,0 g <u>Błonnik:</u> 12,8 g <u>Sól:</u> 1,0 g	obiad	Zupa koperkowa Gulasz wieprzowy Buraczki Kasza jęczmienna Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	VI, IX, X VII, IX I	
<u>Wartość energetyczna:</u> 658 kcal <u>Białko:</u> 10,8 g <u>Tłuszcze:</u> 50,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 14,8 g <u>Węglowodany:</u> 41,1 g <u>w tym cukry:</u> 3,2 g <u>Błonnik:</u> 7,5 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Sałata	250 ml 80 g 20 g 80 g 10 g	I, VI, VII, XI VII III, VII, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 67 kcal <u>Białko:</u> 4,8 g <u>Tłuszcze:</u> 3,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,1 g <u>Węglowodany:</u> 4,0 g <u>w tym cukry:</u> 4,0 g <u>Błonnik:</u> 0,0 g <u>Sól:</u> 0,17 g	II kolacja	Jogurt naturalny	100 g	I, VII	

09.03.2026					
DIETA DZIECIĘCA					
	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 763 kcal <u>Białko:</u> 43,0 g <u>Tłuszcze:</u> 34,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,5 g <u>Węglowodany:</u> 97,3 g <u>w tym cukry:</u> 4,7 g <u>Błonnik:</u> 5,13 g <u>Sól:</u> 3,56 g	śniadanie	Płatki owsiane na mleku Herbata owocowa Chleb żytni Kajzerka Masło 82% Parówka hot-dog Ser biały Ogórek zielony Papryka czerwona	250 ml 250 ml 30 g 50 g 20 g 100 g 50 g 20 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VI, IX, X VII	Wartość energetyczna: 2377 kcal Białko: 93,5 g Tłuszcze: 109,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 38,0 g Węglowodany: 269,8 g <u>w tym cukry:</u> 39,4 g Błonnik: 21,93 g Sól: 6,68 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie, - duszenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 810 kcal <u>Białko:</u> 33,3 g <u>Tłuszcze:</u> 22,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 5,7 g <u>Węglowodany:</u> 120,7 g <u>w tym cukry:</u> 20,0 g <u>Błonnik:</u> 12,8 g <u>Sól:</u> 1,0 g	obiad	Zupa koperkowa Gulasz wieprzowy Buraczki Kasza jęczmienna Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	VI, IX, X VII, IX I	
<u>Wartość energetyczna:</u> 701 kcal <u>Białko:</u> 11,9 g <u>Tłuszcze:</u> 50,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 14,8 g <u>Węglowodany:</u> 48,1 g <u>w tym cukry:</u> 2,7 g <u>Błonnik:</u> 4,0 g <u>Sól:</u> 2,12 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Sałata	250 ml 80 g 20 g 80 g 10 g	I, VI, VII, XI VII III, VII, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 103 kcal <u>Białko:</u> 5,3 g <u>Tłuszcze:</u> 3,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,0 g <u>Węglowodany:</u> 13,7 g <u>w tym cukry:</u> 12,0 g <u>Błonnik:</u> 0 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Serek homogenizowany	100 g	VII	

10.03.2026

DIETA PODSTAWOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 653 kcal <u>Białko:</u> 32,4 g <u>Tłuszcze:</u> 32,5 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 16,1 g <u>Węglowodany:</u> 58,3 g <u>w tym cukry:</u> 10,8 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 2,1 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Chleb żytni Kajzerka Masło 82% Szynka gotowana Pomidor Ser żółty Sałata	100 g 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 40 g 50 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 605 kcal <u>Białko:</u> 31,6 g <u>Tłuszcze:</u> 23,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 4,4 g <u>Węglowodany:</u> 55,3 g <u>w tym cukry:</u> 10,8 g <u>Błonnik:</u> 9,1 g <u>Sól:</u> 1,0 g	obiad	Barszcz czerwony Ziemniaki z koperkiem Pałka z kurczaka Surówka z czerwonej kapusty Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X VI, IX, X	Wartość energetyczna: 2171 kcal Białko: 103,6 g Tłuszcze: 113,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 43,0 g Węglowodany: 174,0 g <u>w tym cukry:</u> 30,6 g Błonnik: 18,6 g Sól: 6,6 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 719 kcal <u>Białko:</u> 17,6 g <u>Tłuszcze:</u> 47,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,5 g <u>Węglowodany:</u> 54,6 g <u>w tym cukry:</u> 6,0 g <u>Błonnik:</u> 3,5 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 194 kcal <u>Białko:</u> 22,0 g <u>Tłuszcze:</u> 10,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 7,0 g <u>Węglowodany:</u> 4,0 g <u>w tym cukry:</u> 3,0 g <u>Błonnik:</u> 0,0 g <u>Sól:</u> 1,4 g	II kolacja	Serek wiejski	200 g	VII	

10.03.2026

DIETA WĄTROBOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 545 kcal <u>Białko:</u> 29,0 g <u>Tłuszcze:</u> 21,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 12,9 g <u>Węglowodany:</u> 59,1 g <u>w tym cukry:</u> 12,1 g <u>Błonnik:</u> 4,0 g <u>Sól:</u> 2,1 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Szynka gotowana Ser biały Pomidor Sałata	100 g 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 50 g 40 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 650 kcal <u>Białko:</u> 39,0 g <u>Tłuszcze:</u> 28,2 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 3,7 g <u>Węglowodany:</u> 55,2 g <u>w tym cukry:</u> 5,7 g <u>Błonnik:</u> 8,7 g <u>Sól:</u> 1,1 g	obiad	Krupnik Ziemniaki z koperkiem Pałka z kurczaka Warzywa gotowane Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X VI, IX, X	Wartość energetyczna: 2101 kcal Białko: 108,8 g Tłuszcze: 107,2 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 38,8 g Węglowodany: 171,0 g <u>w tym cukry:</u> 26,7 g Błonnik: 18,5 g Sól: 6,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 712 kcal <u>Białko:</u> 18,8 g <u>Tłuszcze:</u> 47,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,2 g <u>Węglowodany:</u> 52,7 g <u>w tym cukry:</u> 5,9 g <u>Błonnik:</u> 5,8 g <u>Sól:</u> 1,4 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 194 kcal <u>Białko:</u> 22,0 g <u>Tłuszcze:</u> 10,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 7,0 g <u>Węglowodany:</u> 4,0 g <u>w tym cukry:</u> 3,0 g <u>Błonnik:</u> 0,0 g <u>Sól:</u> 1,4 g	II kolacja	Serek wiejski	200 g	VII	

10.03.2026					
DIETA CUKRZYCOWA					
	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 602 kcal <u>Białko:</u> 31,7 g <u>Tłuszcze:</u> 31,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 18,0 g <u>Węglowodany:</u> 50,1 g <u>w tym cukry:</u> 10,6 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 2,2 g	śniadanie	Jogurt naturalny Herbata Chleb razowy Masło 82% Szynka gotowana Pomidor Ser żółty Sałata	100 g 250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g 50 g 10 g	VII I, VI, VII, XI VII IX, X VII	Wartość energetyczna: 2077 kcal Białko: 101,8 g Tłuszcze: 110,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 36,3 g Węglowodany: 157,0 g <u>w tym cukry:</u> 30,9 g Błonnik: 22,1 g Sól: 6,7 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 605 kcal <u>Białko:</u> 31,6 g <u>Tłuszcze:</u> 23,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 4,4 g <u>Węglowodany:</u> 55,3 g <u>w tym cukry:</u> 10,8 g <u>Błonnik:</u> 9,1 g <u>Sól:</u> 1,0 g	obiad	Barszcz czerwony Ziemniaki z koperkiem Pałka z kurczaka Surówka z czerwonej kapusty Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X VI, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 676 kcal <u>Białko:</u> 16,5 g <u>Tłuszcze:</u> 47,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 6,9 g <u>Węglowodany:</u> 47,6 g <u>w tym cukry:</u> 6,5 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 194 kcal <u>Białko:</u> 22,0 g <u>Tłuszcze:</u> 10,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 7,0 g <u>Węglowodany:</u> 4,0 g <u>w tym cukry:</u> 3,0 g <u>Błonnik:</u> 0,0 g <u>Sól:</u> 1,4 g	II kolacja	Serek wiejski	200 g	VII	

10.03.2026

DIETA DZIECIĘCA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 657 kcal <u>Białko:</u> 34,0 g <u>Tłuszcze:</u> 32,5 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 16,1 g <u>Węglowodany:</u> 57,4 g <u>w tym cukry:</u> 10,4 g <u>Błonnik:</u> 4,1 g <u>Sól:</u> 2,1 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata owocowa Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Szynka gotowana Pomidor Ser żółty Sałata	100 g 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 40 g 50 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII IX, X VII	Wartość energetyczna: 1803 kcal Białko: 83,4 g Tłuszcze: 78,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 33,8 g Węglowodany: 187,9 g <u>w tym cukry:</u> 40,1 g Błonnik: 18,1 g Sól: 4,2 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 605 kcal <u>Białko:</u> 31,6 g <u>Tłuszcze:</u> 23,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 4,4 g <u>Węglowodany:</u> 55,3 g <u>w tym cukry:</u> 10,8 g <u>Błonnik:</u> 9,1 g <u>Sól:</u> 1,0 g	obiad	Barszcz czerwony Ziemniaki z koperkiem Pałka z kurczaka Surówka z czerwonej kapusty Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X VI, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 517 kcal <u>Białko:</u> 17,1 g <u>Tłuszcze:</u> 23,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 13,3 g <u>Węglowodany:</u> 61,2 g <u>w tym cukry:</u> 5,9 g <u>Błonnik:</u> 3,9 g <u>Sól:</u> 1,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Wędlina drobiowa Jabłko	250 ml 100 g 20 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 124 kcal <u>Białko:</u> 0,7 g <u>Tłuszcze:</u> 0,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0 g <u>Węglowodany:</u> 14,0 g <u>w tym cukry:</u> 13 g <u>Błonnik:</u> 1,0 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Mus owocowy	200 g		

11.03.2026

DIETA PODSTAWOWA

	Nazwa posilku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 662 kcal <u>Białko:</u> 21,4 g <u>Tłuszcze:</u> 35,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,9 g <u>Węglowodany:</u> 63,3 g <u>w tym cukry:</u> 9,7 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 2,0 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Ser biały Serek topiony Ogórek zielony Sałata	100 g 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 40 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 571 kcal <u>Białko:</u> 20,0 g <u>Tłuszcze:</u> 17,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 6,1 g <u>Węglowodany:</u> 83,4 g <u>w tym cukry:</u> 17,2 g <u>Błonnik:</u> 8,2 g <u>Sól:</u> 1,2 g	obiad	Kluski lane Makaron z serem i musem owocowym Kompot	250 ml 270 g 250 ml	VII, IX, X I, III, VII	Wartość energetyczna: 1926 kcal Białko: 62,3 g Tłuszcze: 84,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 37,7 g Węglowodany: 221,6 g <u>w tym cukry:</u> 35,5 g Błonnik: 20,2 g Sól: 5,5 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 588 kcal <u>Białko:</u> 20,9 g <u>Tłuszcze:</u> 31,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,7 g <u>Węglowodany:</u> 53,8 g <u>w tym cukry:</u> 0,7 g <u>Błonnik:</u> 4,0 g <u>Sól:</u> 2,3 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Paszтет pieczony z warzywami Ogórek kiszony	250 ml 80 g 20 g 100 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 105 kcal <u>Białko:</u> 0,0 g <u>Tłuszcze:</u> 0,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,0 g <u>Węglowodany:</u> 21,1 g <u>w tym cukry:</u> 7,9 g <u>Błonnik:</u> 2,0 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Kisiel	100 g		

11.03.2026

DIETA WĄTROBOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 660 kcal <u>Białko:</u> 25,2 g <u>Tłuszcze:</u> 30,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 16,0 g <u>Węglowodany:</u> 70,3 g <u>w tym cukry:</u> 18,2 g <u>Błonnik:</u> 3,7 g <u>Sól:</u> 2,5 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser biały Szynka drobiowa Sałata Banan	100 g 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 10 g 50 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII, IX, X VII	Wartość energetyczna: 1863 kcal Białko: 65,7 g Tłuszcze: 77,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 37,5 g Węglowodany: 219,2 g <u>w tym cukry:</u> 43,8 g Błonnik: 16,1 g Sól: 4,6 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 571 kcal <u>Białko:</u> 20,0 g <u>Tłuszcze:</u> 17,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 6,1 g <u>Węglowodany:</u> 83,4 g <u>w tym cukry:</u> 17,2 g <u>Błonnik:</u> 8,2 g <u>Sól:</u> 1,2 g	obiad	Kluski lane Makaron z serem i musem owocowym Kompot	250 ml 270 g 250 ml	VII, IX, X I, III, VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 527 kcal <u>Białko:</u> 20,5 g <u>Tłuszcze:</u> 29,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,4 g <u>Węglowodany:</u> 44,4 g <u>w tym cukry:</u> 0,5 g <u>Błonnik:</u> 2,2 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Kiełbasa krakowska Ogórek	250 ml 80 g 20 g 50 g 30 g	I, VI, VII, XI VII IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 105 kcal <u>Białko:</u> 0,0 g <u>Tłuszcze:</u> 0,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,0 g <u>Węglowodany:</u> 21,1 g <u>w tym cukry:</u> 7,9 g <u>Błonnik:</u> 2,0 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Kisiel	100 g		

11.03.2026

DIETA CUKRZYCOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 611 kcal <u>Białko:</u> 20,7 g <u>Tłuszcze:</u> 34,5 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,6 g <u>Węglowodany:</u> 55,1 g <u>w tym cukry:</u> 9,6 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 2,0 g	śniadanie	Jogurt naturalny Herbata Chleb razowy Masło 82% Ser biały Serek topiony Ogórek zielony Sałata	100 g 250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g 40 g 10 g	VII I, VI, VII, XI VII VII, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 571 kcal <u>Białko:</u> 20,0 g <u>Tłuszcze:</u> 17,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 6,1 g <u>Węglowodany:</u> 83,4 g <u>w tym cukry:</u> 17,2 g <u>Błonnik:</u> 8,2 g <u>Sól:</u> 1,2 g	obiad	Kluski lane Makaron z serem i musem owocowym Kompot	250 ml 270 g 250 ml	VII, IX, X I, III, VII	Wartość energetyczna: 1775 kcal Białko: 60,5 g Tłuszcze: 83,2 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 37,3 g Węglowodany: 196,3 g <u>w tym cukry:</u> 33,7 g Błonnik: 20,2 g Sól: 5,4 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 545 kcal <u>Białko:</u> 19,8 g <u>Tłuszcze:</u> 31,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,6 g <u>Węglowodany:</u> 46,8 g <u>w tym cukry:</u> 1,0 g <u>Błonnik:</u> 5,0 g <u>Sól:</u> 2,2 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Paszтет pieczony z warzywami Ogórek kiszony	250 ml 80 g 20 g 100 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 48 kcal <u>Białko:</u> 0,0 g <u>Tłuszcze:</u> 0,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,0 g <u>Węglowodany:</u> 11,0 g <u>w tym cukry:</u> 5,9 g <u>Błonnik:</u> 0,0 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Kisiel bez cukru	100 g		

11.03.2026

DIETA DZIECIĘCA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
Wartość energetyczna: 516 kcal Białko: 18,4 g Tłuszcze: 34,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 15,5 g Węglowodany: 33,1 g w tym cukry: 8,7 g Błonnik: 3,5 g Sól: 1,4 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata owocowa Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser biały Serek topiony Ogórek zielony Sałata	100 g 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 40 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII, IX, X VII	
Wartość energetyczna: 571 kcal Białko: 20,0 g Tłuszcze: 17,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 6,1 g Węglowodany: 83,4 g w tym cukry: 17,2 g Błonnik: 8,2 g Sól: 1,2 g	obiad	Ryżanka Makaron z serem i musem owocowym Kompot	250 ml 270 g 250 ml	VII, IX, X I, III, VII	Wartość energetyczna: 1719 kcal Białko: 58,9 g Tłuszcze: 80,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 37,0 g Węglowodany: 182,0 g w tym cukry: 34,3 g Błonnik: 15,9 g Sól: 3,5 g
Wartość energetyczna: 527 kcal Białko: 20,5 g Tłuszcze: 29,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 15,4 g Węglowodany: 44,4 g w tym cukry: 0,5 g Błonnik: 2,2 g Sól: 0,9 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Kielbasa krakowska Ogórek kiszony	250 ml 80 g 20 g 50 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
Wartość energetyczna: 105 kcal Białko: 0,0 g Tłuszcze: 0,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 0,0 g Węglowodany: 21,1 g w tym cukry: 7,9 g Błonnik: 2,0 g Sól: 0,0 g	II kolacja	Kisiel	100 g		

12.03.2026					
DIETA PODSTAWOWA					
	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 710 kcal <u>Białko:</u> 28,0 g <u>Tłuszcze:</u> 30,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 14,7 g <u>Węglowodany:</u> 82,2 g <u>w tym cukry:</u> 23,3 g <u>Błonnik:</u> 6,1 g <u>Sól:</u> 1,4 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Płatki jęczmienne na mleku Wędlina drobiowa Dżem Papryka czerwona Ogórek kiszony	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 100 g 50 g 10 g 20 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VII I, VI, VII, X	Wartość energetyczna: 1820 kcal Białko: 85,4 g Tłuszcze: 68,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 26,8 g Węglowodany: 223,0 g <u>w tym cukry:</u> 40,1 g Błonnik: 21,0 g Sól: 3,7 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 483 kcal <u>Białko:</u> 26,6 g <u>Tłuszcze:</u> 11,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 3,2 g <u>Węglowodany:</u> 73,0 g <u>w tym cukry:</u> 8,2 g <u>Błonnik:</u> 11,7 g <u>Sól:</u> 1,2 g	obiad	Ogórkowa Ziemniaki z koperkiem Kompot Surówka z kapusty pekińskiej Pulpet w sosie	250 ml 200 g 250 ml 100 g 120 g	I, VI, IX, X I III, X III, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 481 kcal <u>Białko:</u> 27,0 g <u>Tłuszcze:</u> 23,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 4,5 g <u>Węglowodany:</u> 44,2 g <u>w tym cukry:</u> 4,8 g <u>Błonnik:</u> 2,5 g <u>Sól:</u> 1,0 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Szynka z kurczaka Pomarańcza	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VI, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 146 kcal <u>Białko:</u> 3,8 g <u>Tłuszcze:</u> 4,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 1,7 g <u>Węglowodany:</u> 23,6 g <u>w tym cukry:</u> 3,8 g <u>Błonnik:</u> 0,7 g <u>Sól:</u> 0,1 g	II kolacja	Ciasto drożdżowe	50 g	I, III, VII	

12.03.2026					
DIETA WĄTROBOWA					
	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 730 kcal <u>Białko:</u> 29,0 g <u>Tłuszcze:</u> 30,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 14,7 g <u>Węglowodany:</u> 92,9 g <u>w tym cukry:</u> 30,5 g <u>Błonnik:</u> 5,3 g <u>Sól:</u> 2,0 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Wędlina drobiowa Sałata Dżem Jabłko Płatki jęczmienne na mleku	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 10 g 50 g 50 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, VII, X I, VII	Wartość energetyczna: 1832 kcal Białko: 87,4 g Tłuszcze: 72,5 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 31,1 g Węglowodany: 239,6 g <u>w tym cukry:</u> 47,2 g Błonnik: 20,8 g Sól: 4,2 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 471 kcal <u>Białko:</u> 26,6 g <u>Tłuszcze:</u> 10,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 3,0 g <u>Węglowodany:</u> 76,0 g <u>w tym cukry:</u> 8,2 g <u>Błonnik:</u> 11,7 g <u>Sól:</u> 1,2 g	obiad	Ryżowa Ziemniaki z koperkiem Kompot Surówka z kapusty pekińskiej Pulpet w sosie	250 ml 200 g 250 ml 100 g 120 g	I, VI, IX, X I III, X III, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 485 kcal <u>Białko:</u> 28,0 g <u>Tłuszcze:</u> 20,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,7 g <u>Węglowodany:</u> 47,1 g <u>w tym cukry:</u> 4,7 g <u>Błonnik:</u> 3,1 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Szynka z kurczaka Pomarańcza	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VI, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 146 kcal <u>Białko:</u> 3,8 g <u>Tłuszcze:</u> 4,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 1,7 g <u>Węglowodany:</u> 23,6 g <u>w tym cukry:</u> 3,8 g <u>Błonnik:</u> 0,7 g <u>Sól:</u> 0,1 g	II kolacja	Ciasto drożdżowe	50 g	I, III, VII	

12.03.2026

DIETA CUKRZYCOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 890 kcal <u>Białko:</u> 54,0 g <u>Tłuszcze:</u> 51,5 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 27,1 g <u>Węglowodany:</u> 61,2 g <u>w tym cukry:</u> 7,4 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 1,5 g	śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Ser żółty Ogórek kiszony Sałata Wędlina drobiowa Płatki jęczmienne na mleku	250 ml 80 g 20 g 100 g 30 g 10 g 50 g 100 g	I, VI, VII, XI VII VII I, VI, VII, X I, VII	Wartość energetyczna: 1902 kcal Białko: 110,4 g Tłuszcze: 87,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 42,3 g Węglowodany: 179,0 g <u>w tym cukry:</u> 21,5 g Błonnik: 25,3 g Sól: 3,2 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 483 kcal <u>Białko:</u> 26,6 g <u>Tłuszcze:</u> 11,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 3,2 g <u>Węglowodany:</u> 73,0 g <u>w tym cukry:</u> 8,2 g <u>Błonnik:</u> 11,7 g <u>Sól:</u> 1,2 g	obiad	Kluski lane Ziemniaki z koperkiem Kompot Surówka z kapusty pekińskiej Pulpet w sosie	250 ml 200 g 250 ml 100 g 120 g	I, VI, IX, X I III, X III, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 474 kcal <u>Białko:</u> 26,0 g <u>Tłuszcze:</u> 21,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 10,9 g <u>Węglowodany:</u> 39,0 g <u>w tym cukry:</u> 5,2 g <u>Błonnik:</u> 6,1 g <u>Sól:</u> 0,3 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Szynka z kurczaka Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VI, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 55 kcal <u>Białko:</u> 3,8 g <u>Tłuszcze:</u> 2,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 1,1 g <u>Węglowodany:</u> 5,8 g <u>w tym cukry:</u> 0,7 g <u>Błonnik:</u> 1,5 g <u>Sól:</u> 0,2 g	II kolacja	Ciasto drożdżowe bez cukru	50 g	I, III, VII	

12.03.2026					
DIETA DZIECIĘCA					
	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 880 kcal <u>Białko:</u> 42,0 g <u>Tłuszcze:</u> 43,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 26,2 g <u>Węglowodany:</u> 86,4 g <u>w tym cukry:</u> 24,7 g <u>Błonnik:</u> 3,4 g <u>Sól:</u> 2,2 g	śniadanie	Herbata owocowa Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser żółty Sałata Ogórek kiszony Dżem Płatki jęczmienne na mleku	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 10 g 30 g 50 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII I, VII	Wartość energetyczna: 1994 kcal Białko 100,4 g Tłuszcze: 78,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 42,8 g Węglowodany: 230,1 g <u>w tym cukry:</u> 41,4 g Błonnik: 18,9 g Sól: 4,4 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, duszenie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 483 kcal <u>Białko:</u> 26,6 g <u>Tłuszcze:</u> 11,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 3,2 g <u>Węglowodany:</u> 73,0 g <u>w tym cukry:</u> 8,2 g <u>Błonnik:</u> 11,7 g <u>Sól:</u> 1,2 g	obiad	Kluski lane Ziemniaki z koperkiem Kompot Surówka z kapusty pekińskiej Pulpet w sosie	250 ml 200 g 250 ml 100 g 120 g	I, VI, IX, X I III, X III, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 485 kcal <u>Białko:</u> 28,0 g <u>Tłuszcze:</u> 20,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,7 g <u>Węglowodany:</u> 47,1 g <u>w tym cukry:</u> 4,7 g <u>Błonnik:</u> 3,1 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Szynka z kurczaka Pomarańcza	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VI, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 146 kcal <u>Białko:</u> 3,8 g <u>Tłuszcze:</u> 4,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 1,7 g <u>Węglowodany:</u> 23,6 g <u>w tym cukry:</u> 3,8 g <u>Błonnik:</u> 0,7 g <u>Sól:</u> 0,1 g	II kolacja	Ciasto drożdżowe	50 g	I, III, VII	