

Niedziela 30.03.2025	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych (kardiologiczna)	Dieta łatwostrawna z ogr. tł. i z ogr. sub. pob. wyd. soku żołądkowego	Dieta bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c 250 ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60 % tł. 10 g Jajko gotowane 1 szt (jaja) Polędwica sopocka 50 g (soja) Mix sałat 20 g Ogórek konserwowy 80 g	Herbata czarna b/c 250 ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60 % tł. 10 g Jajko gotowane 1 szt (jaja) Polędwica sopocka 50 g (soja) Mix sałat 20 g Ogórek konserwowy 80 g	Herbata czarna b/c 250 ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60 % tł. 10 g Jajko gotowane 1 szt (jaja) Polędwica sopocka 50 g (soja) Mix sałat 20 g Ogórek konserwowy 80 g	Herbata czarna b/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku b/l 400 ml (mleko) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Jajko gotowane 1 szt (jaja) Polędwica sopocka 50 g (soja) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku b/l 400 ml (mleko) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Jajko gotowane 1 szt (jaja) Polędwica sopocka 60 g (soja) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250 ml Rosół z makaronem 400ml (gluten, jaja) Roladki z indyka z cukinią i marchwią w sosie porowym 130g (mleko) Kluski śląskie 200 g (gluten) Kapusta czerwona duszona-150g	Kompot owocowy b/c 250 ml Rosół z makaronem 400ml (gluten, jaja) Roladki z indyka z cukinią i marchwią w sosie porowym 130g (mleko) Kluski śląskie 200 g (gluten) Kapusta czerwona duszona-150g	Kompot owocowy b/c 250 ml Rosół z makaronem 400ml (gluten, jaja) Roladki z indyka z cukinią i marchwią w sosie porowym 130g (mleko) Kluski śląskie 200 g (gluten) Kapusta czerwona duszona-150g	Kompot owocowy b/c 250 ml Rosół z makaronem 400ml (gluten, jaja) Roladki z indyka z cukinią i marchwią w sosie koperkowym 130g (mleko) Kluski śląskie 200 g (gluten) Marchew pieczona z tymiankiem 150 g	Kompot owocowy b/c 250 ml Rosół z makaronem 400ml (gluten, jaja) Roladki z indyka z cukinią i marchwią w sosie koperkowym 180g (mleko) Kluski śląskie 200 g (gluten) Marchew pieczona z tymiankiem 150 g
Kolacja	Herbata owocowa b/c 250 ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60 % tł. 10 g Pasta twarogowa z papryką 90 g (mleko) Roszponka 10 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250 ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60 % tł. 10 g Pasta twarogowa z papryką 90 g (mleko) Roszponka 10 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250 ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60 % tł. 10 g Pasta twarogowa z papryką 90 g (mleko) Roszponka 10 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Pasta twarogowa z koperkiem 90 g (mleko) Roszponka 10 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Pasta twarogowa z koperkiem 110 g (mleko) Roszponka 10 g Pomidor 80 g
Posiłek dodatkowy	Pieczycwo „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) + serek kiri- 2 szt (2x 17 g) (mleko)	Pieczycwo „Sanko” 7 ziaren + 3 kromki (gluten) + serek kiri- 2 szt (2x 17 g) (mleko)	Pieczycwo „Sanko” 7 ziaren + 3 kromki (gluten) + serek kiri- 2 szt (2x 17 g) (mleko)	Pieczycwo „Sanko” kukurydziane + 3 kromki + serek kiri- 2 szt (2x 17 g) (mleko)	Pieczycwo „Sanko” kukurydziane + 3 kromki + serek kiri- 2 szt (2x17 g) (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 1989 ; W: 265,7 g ; B: 88,6 g ; T: 69,0 g (tł.nasycone: 20,5g) ; sól: 2983,8 mg ; cukry: 34,5 g	Kcal: 1997 ; W: 264,7 g ; B: 88,7 g ; T: 71,7 g (tł.nasycone: 22,4g) ; sól: 2949 mg ; cukry: 30,3 g	Kcal:1989 ; W: 265,7 g ; B: 88,6 g ; T: 69,0 g (tł.nasycone: 20,5g) ; sól: 2983,8 mg ; cukry: 34,5 g	Kcal: 2323; W: 296,4g; B: 105,9g; T: 80,4g(tł.nasycone: 32,9g); sól: 2552,1mg; cukry: 54,6g	Kcal: 2433; W:296,9g ; B: 120,4g; T: 86g(tł.nasycone: 34,7g); sól: 2662,4mg; cukry: 54,6g

Poniedziałek 31.03.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych (kardiologiczna)	Dieta łatwostrawna z ogr.tł i z ogr.sub.pob.wydz. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham- 1 szt (gluten) Margaryna 60% tł -10g Sałatka jarzynowa -80g (mleko, jajo, seler) Ser mozzarella light- 40g (mleko) Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham- 1 szt (gluten) Margaryna 60% tł -10g Sałatka jarzynowa-80g (mleko, jajo, seler) Ser mozzarella light- 40g (mleko) Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham- 1 szt (gluten) Margaryna 60% tł -10g Sałatka jarzynowa (dieta)-80g (mleko, jajo, seler) Ser mozzarella light- 40g (mleko) Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza manna na mleku b/l -300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka- 1 szt (gluten) Masto – 10g (mleko) Sałatka jarzynowa (dieta)-40g (mleko, jajo, seler) Ser mozzarella light- 30g (mleko) Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza manna na mleku b/l -300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka- 1 szt (gluten) Masto – 10g (mleko) Sałatka jarzynowa (dieta)-80g (mleko, jajo, seler) Ser mozzarella light- 60g (mleko) Sałata lodowa-30g
Obiad	Kompot owocowy b/c- 250ml Barszcz biały z ziemniakami- 400ml (mleko, seler, gluten) Udko pieczone z kurczaka - 130g Ziemniaki gotowane-200g Surówka z buraczków i jabłka-150g	Kompot owocowy b/c- 250ml Barszcz biały z ziemniakami- 400ml (mleko, seler, gluten) Udko pieczone z kurczaka - 130g Ziemniaki gotowane-200g Surówka z buraczków i jabłka-150g	Kompot owocowy b/c- 250ml Barszcz biały z ziemniakami- 400ml (mleko, seler, gluten) Udko pieczone z kurczaka - 130g Ziemniaki gotowane-200g Surówka z buraczków i jabłka-150g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa ziemniaczana (dieta)- 400ml (mleko, seler) Klopsy gotowane w sosie koperkowym-100g (mleko, gluten) Ziemniaki gotowane-200g Marchewka gotowana-150g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa ziemniaczana (dieta)- 400ml (mleko, seler) Klopsy gotowane w sosie koperkowym-150g (mleko, gluten) Ziemniaki gotowane-200g Marchewka gotowana-150g
Kolacja	Herbata owocowa-250ml Chleb graham-70g (sezam, gluten) Chleb pszenny-30g (gluten) Margaryna 60%tł. -10g Paszтет z cukinii -70g (jajko, gluten) Wędlina z kurczaka-30g Mix sałat-20g Pomidor-80g	Herbata owocowa-250ml Chleb graham-100g (sezam, gluten) Margaryna 60%tł. -10g Paszтет z cukinii -70g (jajko, gluten) Wędlina z kurczaka-30g Mix sałat-20g Pomidor-80g	Herbata owocowa-250ml Chleb graham-70g (sezam, gluten) Chleb pszenny-30g (gluten) Margaryna 60%tł. -10g Paszтет z cukinii -70g (jajko, gluten) Wędlina z kurczaka-30g Mix sałat-20g Pomidor-80g	Herbata owocowa b/c Chleb pszenny- 100g (gluten) Masto – 10g (mleko) Paszтет z cukinii – 70g (jajko, gluten) Wędlina z kurczaka-30g Mix sałat-20g Pomidor-80g	Herbata owocowa b/c Chleb pszenny- 100g (gluten) Masto – 10g (mleko) Paszтет z cukinii – 70g (jajko, gluten) Wędlina z kurczaka-60g Mix sałat- 20g Pomidor- 80g
Posiłek dodatkowy	Kefir-150ml (mleko)	Kanapka z twarogiem ogórkiem i sałatą – 1 szt (gluten, mleko, sezam)	Kefir-150ml (mleko)	Kefir-150ml (mleko)	Kefir-150ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2035 ; W: 278,6 g ; B: 95,0 g ; T: 68,4 g (tł.nasycone: 15,0 g); sól: 3534,4 mg ; cukry: 48,3 g	Kcal: 2165 ; W: 303,6 g ; B: 100,2 g ; T: 71,5 g (tł.nasycone: 14,7 g); sól: 3772,2 ; cukry: 40,1 g	Kcal: 2036 ; W: 278,7 g ; B: 95,1 g ; T: 68,5 g (tł.nasycone: 15,0 g); sól: 3533,8 mg ; cukry: 48,1 g	Kcal: 2550; W: 321,8g; B: 105,4g; T: 99,3g(tł.nasycone: 39,3g); sól: 3932,2mg; cukry: 60g	Kcal: 2688; W: 322,6g; B: 120,9g; T: 106,9g(tł.nasycone: 42,7g); sól:4392,7mg ; cukry: 60g

wtorek 01.04.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych (kardiologiczna)	Dieta łatwostrawna z ogr.tł i z ogr.sub.pob.wydz. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny – 30g (gluten) Chleb graham-70g (sezam, gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta twarogowa z papryką-50g (mleko) Szynka wuja Jana-40g (soja) Pomidor-80g Sałata rzymska-30g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham-100g (sezam, gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta twarogowa z papryką-50g (mleko) Szynka wuja Jana-40g (soja) Pomidor-80g Sałata rzymska-30g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny – 30g (gluten) Chleb graham-70g (sezam, gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta twarogowa z papryką-50g (mleko) Szynka wuja Jana-40g (soja) Pomidor-80g Sałata rzymska-30g	Herbata czarna b/c -250ml Płatki pszenne na mleku b/l -300ml (mleko, gluten) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta twarogowa z koperkiem-50g (mleko) Szynka wuja Jana-50g (soja) Pomidor-80g Sałata rzymska-30g	Herbata czarna b/c -250ml Płatki pszenne na mleku b/l -300ml (mleko, gluten) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta twarogowa z koperkiem-50g (mleko) Szynka wuja Jana-70g (soja) Pomidor-80g Sałata rzymska-30g
Obiad	Kompot owocowy b/c-250ml Zupa z soczewicy-400ml (mleko, seler) Gulasz z łopatki wp.-200g Kopytka -200g (gluten) Surówka z pora, marchwi i jabłka-150g(mleko)	Kompot owocowy b/c-250ml Zupa z soczewicy-400ml (mleko, seler) Gulasz z łopatki wp.-200g Kopytka -200g (gluten) Surówka z pora, marchwi i jabłka-150g(mleko)	Kompot owocowy b/c-250ml Zupa z soczewicy-400ml (mleko, seler) Gulasz z łopatki wp.-200g Kopytka -200g (gluten) Surówka z pora, marchwi i jabłka-150g(mleko)	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa jarzynowa z ziemniakami(dieta) - 400ml (mleko, seler) Gulasz z łopatki wp.-200g (dieta) Kopytka -200g (gluten) Marchewka gotowana- 150g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa jarzynowa z ziemniakami(dieta) - 400ml (mleko, seler) Gulasz z łopatki wp.-250g (dieta) Kopytka -200g (gluten) Marchewka gotowana- 150g
Kolacja	Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny – 30g (gluten) Chleb graham-70g (sezam, gluten) Margaryna 60% tł -10g Galaretka drobiowa -100g (jajko, seler) Polędwica sopocka-30g (soja) Papryka konserwowa-80g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham-100g (sezam, gluten) Margaryna 60% tł -10g Galaretka drobiowa -100g (jajko, seler) Polędwica sopocka-30g (soja) Papryka konserwowa-80g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny – 30g (gluten) Chleb graham-70g (sezam, gluten) Margaryna 60% tł -10g Galaretka drobiowa -100g (jajko, seler) Polędwica sopocka-30g (soja) Papryka konserwowa-80g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Galaretka drobiowa -100g (jajko, seler) Polędwica sopocka-30g (soja) Pomidor-80g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Galaretka drobiowa -100g (jajko, seler) Polędwica sopocka-60g (soja) Pomidor-80g
Posiłek dodatkowy	Serek wiejski-200g (mleko)	Serek wiejski-200g (mleko) Pieczywo Sanko „7 ziaren”-3 kromki (gluten)	Serek wiejski-200g (mleko)	Serek wiejski-200g (mleko)	Serek wiejski-200g (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2082; W: 278,9 g ; B: 120,2 g ; T: 60,3 g (tł.nasycone: 16,3 g); sól: 5117,8 mg ; cukry: 42,6 g	Kcal: 2133 ; W: 295,1 g ; B: 121,1 g ; T: 59,5 g (tł.nasycone: 15,5 g); sól: 4228 mg ; cukry: 40,6 g	Kcal: 2088 ; W: 283 g ; B: 118,9 g ; T: 59,9 g (tł.nasycone: 16,1 g); sól: 5001,6 mg ; cukry: 44 g	Kcal: 2151; W: 282,3g; B: 120,1g; T: 64g(tł.nasycone: 28,6g); sól: 4307mg; cukry: 56,1g	Kcal: 2297; W: 284g; B: 142,2g; T: 69,5g (tł.nasycone: 30,3 g) ; sól: 4960,9mg; cukry: 56,2g

Środa 02.04.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych (kardiologiczna)	Dieta łatwostrawna z ogr. tł i z ogr. sub. pob. wyd. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c- 250ml Bułka graham- 1 szt (gluten) Margaryna 60%tł-10g Sałatka z brokułów, brązowego ryżu, kurczaka i warzyw-150g (mleko) Sałata rzymska- 30g	Herbata czarna b/c- 250ml Bułka graham- 1 szt (gluten) Margaryna 60%tł-10g Sałatka z brokułów, brązowego ryżu, kurczaka i warzyw-150g (mleko) Sałata rzymska- 30g	Herbata czarna b/c- 250ml Bułka graham- 1 szt (gluten) Margaryna 60%tł-10g Sałatka z brokułów, brązowego ryżu, kurczaka i warzyw-150g (mleko) Sałata rzymska- 30g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza kukurydziana na mleku b/l - 300ml (mleko) Bułka kajzerka- 1 szt (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka z różyczek brokuła, białego ryżu, pomidorków i kurczaka -150g (mleko)	Herbata czarna b/c -250ml Kasza kukurydziana na mleku b/l - 300ml (mleko) Bułka kajzerka- 1 szt (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka z różyczek brokuła, białego ryżu, pomidorków i kurczaka -150g (mleko)
Obiad	Kompot owocowy-250ml Zupa szpinakowa z ziemniakami- 400ml (seler, mleko) Grillowany filec z kurczaka zapiekany z suszonymi pomidorami i mozzarellą – 120g (mleko) Ziemniaki gotowane- 200g Surówka z selera i marchwi- 150g (seler, mleko)	Kompot owocowy-250ml Zupa szpinakowa z ziemniakami- 400ml (seler, mleko) Grillowany filec z kurczaka zapiekany z suszonymi pomidorami i mozzarellą – 120g (mleko) Ziemniaki gotowane- 200g Surówka z selera i marchwi- 150g (seler, mleko)	Kompot owocowy-250ml Zupa szpinakowa z ziemniakami- 400ml (seler, mleko) Grillowany filec z kurczaka zapiekany z suszonymi pomidorami i mozzarellą – 120g (mleko) Ziemniaki gotowane- 200g Surówka z selera i marchwi- 150g (seler, mleko)	Kompot owocowy-250ml Zupa szpinakowa z ziemniakami (dieta)- 400ml (seler, mleko) Filec z kurczaka w sosie marchewkowo-dyniowym-100g+ 30g sos (mleko, seler) Ziemniaki gotowane- 200g Cukinia pieczona w ziołach prowansalskich- 150g	Kompot owocowy-250ml Zupa szpinakowa z ziemniakami (dieta)- 400ml (seler, mleko) Filec z kurczaka w sosie marchewkowo-dyniowym-150g + 30g sos (mleko, seler) Ziemniaki gotowane- 200g Cukinia pieczona w ziołach prowansalskich- 150g
Kolacja	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham-70g (sezam, gluten) Chleb pszenny-30g (gluten) Margaryna 60% tł.-10g Pasta z soczewicy-50g Ser żółty-40g (mleko) Mix sałat- 20g Korniszonek -70g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham-100g (sezam, gluten) Margaryna 60% tł.-10g Pasta z soczewicy-50g Ser żółty-40g (mleko) Mix sałat- 20g Korniszonek -70g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham-70g (sezam, gluten) Chleb pszenny-30g (gluten) Margaryna 60% tł.-10g Pasta z soczewicy-50g Serek bieluch-40g (mleko) Mix sałat- 20g Korniszonek -70g	Herbata owocowa b/c Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Serek bieluch-40g (mleko) Wędlina z kurczaka-50g Mix sałat- 20g Pomidor-80g	Herbata owocowa b/c Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Serek bieluch-40g (mleko) Wędlina z kurczaka-70g Mix sałat- 20g Pomidor-80g
Posiłek dodatkowy	Fit ciasteczko zbożowe bez cukru-50g (gluten, mleko)	Fit ciasteczko zbożowe bez cukru-50g (gluten, mleko)	Fit ciasteczko zbożowe bez cukru-50g (gluten, mleko)	Mus owocowy-1szt	Mus owocowy-1szt
Wartości odżywcze	Kcal: 2106 ; W: 282,6 g ; B: 100,3 g ; T: 72,0 g (tł.nasycone: 13,6 g); sód: 3499,9 mg ; cukry: 30,7 g	Kcal: 2094 ; W: 282,6 g ; B: 99,9 g ; T: 71,5 g (tł.nasycone: 13,4 g); sód: 4894,5 mg ; cukry: 29,0 g	Kcal: 2085 ; W: 282,8 g ; B: 92,3 g ; T: 73,4 g (tł.nasycone: 14,5 g); sód: 4823,4 mg ; cukry: 31,8 g	Kcal: 2126; W: 282,5g; B: 104,1g; T: 67,1g(tł.nasycone: 22g); sód: 3134mg; cukry: 42,9g	Kcal: 2162; W: 282,5g; B: 110,8g; T: 67,9g(tł.nasycone: 22,1g); sód: 3147,5mg; cukry: 42,9g

Czwartek 03.04.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych (kardiologiczna)	Dieta łatwo strawna z ogr. tł i z ogr. sub. pob. wydz. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny – 30g (gluten) Chleb graham-70g(sezam, gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Ziołowa pasta twarogowa- 50g (mleko) Polędwica sopocka-40g (soja) Pomidor-80g Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham-100g(sezam, gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Ziołowa pasta twarogowa- 50g (mleko) Polędwica sopocka-40g (soja) Pomidor-80g Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny – 30g (gluten) Chleb graham-70g(sezam, gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Ziołowa pasta twarogowa- 50g (mleko) Polędwica sopocka-40g (soja) Pomidor-80g Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c -250ml Ryż na mleku b/l -300ml(mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Ziołowa pasta twarogowa- 50g (mleko) Polędwica sopocka-40g (soja) Pomidor-80g Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c -250ml Ryż na mleku b/l -300ml(mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Ziołowa pasta twarogowa- 70g (mleko) Polędwica sopocka-40g (soja) Pomidor-80g Sałata lodowa-30g
Obiad	Kompot owocowy b/c- 250ml Barszcz czerwony z ziemniakami - 400ml (seler, mleko) Łazanki z mięsem wieprzowym - 400g (gluten, jajo) Brokuł gotowany-150g	Kompot owocowy b/c- 250ml Barszcz czerwony z ziemniakami - 400ml (seler, mleko) Łazanki z mięsem wieprzowym - 400g (gluten, jajo) Brokuł gotowany-150g	Kompot owocowy b/c- 250ml Barszcz czerwony z ziemniakami - 400ml (seler, mleko) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (dieta) -400g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa grysikowa – 400ml (seler, gluten) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (dieta) -400g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa grysikowa – 400ml (seler, gluten) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (dieta) -400g
Kolacja	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham-70g (sezam, gluten) Chleb pszenny-30g (gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Paszтет z selera-70g (seler, jajo, gluten) Wędlina z piersi z kurczaka-30g Ogórek świeży b/s-65g Mix sałat- 20g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham-100g (sezam, gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Paszтет z selera-70g (seler, jajo, gluten) Wędlina z piersi z kurczaka-30g Ogórek świeży b/s-65g Mix sałat- 20g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham-70g (sezam, gluten) Chleb pszenny-30g (gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Paszтет z selera-70g (seler, jajo, gluten) Wędlina z piersi z kurczaka-30g Ogórek świeży b/s-65g Mix sałat- 20g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham-100g (sezam, gluten) Masło – 10g (mleko) Paszтет z selera-70g (seler, jajo, gluten) Wędlina z piersi z kurczaka-30g Dyńa pieczona w ziołach-80g Mix sałat-20g	Herbata owocowa b/c Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Paszтет z selera-70g (seler, jajo, gluten) Wędlina z piersi z kurczaka-60g Dyńa pieczona w ziołach-80g Mix sałat-20g
Posiłek dodatkowy	Serek almette mini 30g (mleko) Pieczywo „Sanko” 7 ziaren-2 szt (gluten)	Serek almette mini 30g (mleko) Pieczywo „Sanko” 7 ziaren-2 szt (gluten)	Serek almette mini 30g (mleko) Pieczywo „Sanko” 7 ziaren-2 szt (gluten)	Serek almette mini 30g (mleko) Pieczywo „Sanko” kukurydziane-2 szt (gluten)	Serek almette mini 30g (mleko) Pieczywo „Sanko” kukurydziane-2 szt (gluten)
Wartości odżywcze	Kcal: 1969 g ; W: 255,9 g ; B: 90,4 g ; T: 71,5 g (tł.nasycone: 21,0 g); sól: 4406,5 mg ; cukry: 53,4 g	Kcal: 1979 ; W: 263,7 g ; B: 90,5 g ; T: 70,6 g (tł.nasycone: 20,7 g); sól: 5042 mg ; cukry: 50,3 g	Kcal: 2065 g ; W: 260,5 g ; B: 85,4 g ; T: 79,7 g (tł.nasycone: 22,8 g); sól: 3475,9 mg ; cukry: 46,8 g	Kcal: 2498; W: 305,2g; B: 100,3g; T: 98,4g(tł.nasycone: 35,3g); sól: 4928,6mg; cukry: 71,5g	Kcal: 2562; W: 306,2g; B: 111,3g; T: 99,9g(tł.nasycone: 36,1g); sól: 5219,4g; cukry: 71,5g

Piątek 04.04.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych (kardiologiczna)	Dieta łatwo strawna z ogr. tł i z ogr. sub. pob. wyd. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham- 1 szt (gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Pasta ze słonecznika i pieczonej papryki-50g Serek bieluch -40g (mleko) Pomidor-80g Sałata rzymska-30g	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham- 1 szt (gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Pasta ze słonecznika i pieczonej papryki-50g Serek bieluch -40g (mleko) Pomidor-80g Sałata rzymska-30g	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham- 1 szt (gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Pasta ze słonecznika i pieczonej papryki-50g Serek bieluch -40g (mleko) Pomidor-80g Sałata rzymska-30g	Herbata czarna b/c -250ml Makaron na mleku b/l -300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka- 1 szt (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z marchewki i selera-40g Serek bieluch 40g (mleko) Pomidor-80g Sałata rzymska- 30g	Herbata czarna b/c -250ml Makaron na mleku b/l -300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka- 1 szt (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z marchewki i selera-40g Serek bieluch -60g (mleko) Pomidor-80g Sałata rzymska- 30g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250 ml Zupa pieczarkowa z makaronem- 400g (mleko, jaja, gluten, seler) Morszczuk gotowany w sosie szpinakowym-100g + 30g (sos) (ryba, mleko) Ziemniaki gotowane-200g Surówka z białej kapusty i jabłka- 150g	Kompot owocowy b/c 250 ml Zupa pieczarkowa z makaronem- 400g (mleko, jaja, gluten, seler) Morszczuk gotowany w sosie szpinakowym-100g + 30g (sos) (ryba, mleko) Ziemniaki gotowane-200g Surówka z białej kapusty i jabłka- 150g	Kompot owocowy b/c 250 ml Zupa pieczarkowa z makaronem- 400g (mleko, jaja, gluten, seler) Morszczuk gotowany w sosie szpinakowym-100g + 30g (sos) (ryba, mleko) Ziemniaki gotowane-200g Surówka z białej kapusty i jabłka- 150g	Kompot owocowy b/c 250 ml Zupa ryżowa-400ml (mleko, seler) Morszczuk gotowany w sosie szpinakowym-100g + 30g (sos) (dieta) (ryba, mleko) Ziemniaki gotowane-200g Marchewka gotowana-150g	Kompot owocowy b/c 250 ml Zupa ryżowa-400ml (mleko, seler) hs400ml (mleko, seler) Morszczuk gotowany w sosie szpinakowym-150g + 30g (sos) (dieta) (ryba, mleko) Ziemniaki gotowane-200g Marchewka gotowana-150g
Kolacja	Herbata owocowa b/c- 250ml Chleb graham-70g (gluten, sezam) Chleb pszenny-30g (gluten) Margaryna 60% tł-10g Śledzik w jogurcie z jabłkiem-100g (ryba, mleko) Jajko gotowane-1 szt (jajo) Ogórek świeży-70g Mix sałat-20g	Herbata owocowa b/c- 250ml Chleb graham-100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł-10g Śledzik w jogurcie z jabłkiem-100g (ryba, mleko) Jajko gotowane-1 szt (jajo) Ogórek świeży-70g Mix sałat-20g	Herbata owocowa b/c- 250ml Chleb graham-70g (gluten, sezam) Chleb pszenny-30g (gluten) Margaryna 60% tł-10g Ryba po grecku (dorsz)-100g (ryba) Jajko gotowane-1 szt (jajo) Ogórek świeży-70g Mix sałat-20g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny- 100g Masło – 10g (mleko) Ryba po grecku (dorsz)-100g (ryba) Jajko gotowane- 1 szt (jajo) Pomidor – 80g Mix sałat- 20g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny- 100g Masło – 10g (mleko) Ryba po grecku (dorsz)-100g (ryba) Jajko gotowane- 2 szt (jajo) Pomidor – 80g Mix sałat- 20g
Posiłek dodatkowy	Jogurt naturalny- 150ml (mleko) Mandarynka – 2 szt	Jogurt naturalny- 150ml (mleko) Mandarynka – 2 szt	Jogurt naturalny- 150ml (mleko) Mandarynka – 2 szt	Jogurt naturalny- 150ml (mleko) Banan- 1 szt	Jogurt naturalny- 150ml (mleko) Banan- 1 szt
Wartości odżywcze	Kcal: 2218; W: 268,6 g ; B: 91,7 g ; T: 94,9 g (tł.nasycone: 25,3 g); sól: 2214,2 mg ; cukry: 46,0 g	Kcal: 2193 ; W: 268,2 g ; B: 90,4 g ; T: 93,5 g (tł.nasycone: 24,5 g); sól: 4694 mg ; cukry: 43,9 g	Kcal: 2327 ; W: 294,8 g ; B: 105,1 g ; T: 90,9 g (tł.nasycone: 25,6 g); sól: 2677,7 mg ; cukry: 54,2 g	Kcal: 2256; W: 311,3g; B: ; T: 67,5g(tł.nasycone: 31,6g); sól: 3780mg; cukry: 82,7g	Kcal: 2330; W: 313,4g; B: 122,1g; T: 70,7g(tł.nasycone: 31,8g); sól: 3876mg; cukry: 85,3g

sobota 05.04.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych (kardiologiczna)	Dieta łatwostrawna z ogr.tł i z ogr.sub.pob.wydz. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham-70g (sezam, gluten) Chleb pszenny- 30g (gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Sałatka z makaronu razowego z szynką, serem i warzywami -150g (mleko, soja, gluten, jaja) Rukola-10g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham-100g (sezam, gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Sałatka z makaronu razowego z szynką, serem i warzywami -150g (mleko, soja, gluten, jaja) Rukola-10g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham-70g (sezam, gluten) Chleb pszenny- 30g (gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Sałatka z makaronu razowego z szynką, serem i warzywami -150g (mleko, soja, gluten, jaja) Rukola-10g	Herbata czarna b/c-250ml Kasza manna na mleku b/l -300ml (gluten, mleko) Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło- 10g (mleko) Sałatka z makaronu pszennego z szynką, mozzarellą i pomidorkami -150g (mleko, soja, gluten, jaja) Mix sałat-20g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza manna na mleku b/l -300ml (gluten, mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło- 10g (mleko) Sałatka z makaronu pszennego z szynką, mozzarellą i pomidorkami - 150g (mleko, soja, gluten, jaja) Mix sałat-20g
Obiad	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa kalafiorowa z ziemniakami - 400ml (mleko, seler) Leczo z ciecierzycą, pieczarkami i warzywami-200ml Ryż brązowy-200g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa kalafiorowa z ziemniakami - 400ml (mleko, seler) Leczo z ciecierzycą, pieczarkami i warzywami-200ml Ryż brązowy-200g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa kalafiorowa z ziemniakami - 400ml (mleko, seler) Leczo z ciecierzycą, pieczarkami i warzywami-200ml Ryż brązowy-200g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa koperkowa z ziemniakami-400ml (mleko, seler) Leczo z kurczaka, cukinii i marchewki- 200g Ryż biały-200g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa koperkowa z ziemniakami- 400ml (mleko, seler) Leczo z kurczaka, cukinii i marchewki- 200g Ryż biały-200g
Kolacja	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny- 30g (gluten) Chleb graham-70g (gluten, sezam) Margaryna 60%tł. – 10g Wędlina z indyka-50g (soja) Serek bieluch-40g (mleko) Papryka świeża-70g Mix sałat -20g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham- 100g (gluten, sezam) Margaryna 60%tł. – 10g Wędlina z indyka-50g (soja) Serek bieluch-40g (mleko) Papryka świeża-70g Mix sałat -20g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny- 70g (gluten) Chleb graham-30g (gluten, sezam) Margaryna 60%tł. – 10g Wędlina z indyka-50g (soja) Serek bieluch-40g (mleko) Papryka świeża-70g Mix sałat -20g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Wędlina z indyka-50g (soja) Serek bieluch-40g (mleko) Pomidor-80g Mix sałat -20g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Wędlina z indyka-50g (soja) Serek bieluch-60g (mleko) Pomidor-80g Mix sałat -20g
P. dodatkowy	Chlebek bananowy ze słodzikiem- 100g (gluten, jaja, mleko)	Chlebek bananowy ze słodzikiem-50g (gluten, jaja, mleko) Serek wiejski-1 szt (mleko)	Chlebek bananowy ze słodzikiem- 100g (gluten, jaja, mleko)	Serek wiejski -1 szt (mleko)	Serek wiejski -1 szt (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 1999 ; W: 287,3 g ; B: 69,9 g ; T: 70,1 g (tł.nasycone: 20,3 g); sód: 2399,4 mg ; cukry: 41,8 g	Kcal: 2171 ; W: 294,1 g ; B: 91,3 g ; T: 77,7 g (tł.nasycone: 23,3 g); sód: 3648,9 mg ; cukry: 43,7 g	Kcal: 1999 ; W: 287,3 g ; B: 69,9 g ; T: 70,1 g (tł.nasycone: 20,3 g); sód: 2399,4 mg ; cukry: 41,8 g	Kcal: 2040; W: 290,7g; B: 104,9g; T: 52,2g(tł.nasycone: 22,6); sód: 4446,6mg; cukry: 60,8g	Kcal:2060 ; W: 291,1g; B: 108,1g; T: 52,7g(tł.nasycone: 22,6g); sód: 4631mg; cukry: 61,5g

Niedziela 06.04.2015	Dieta podstawowa	Dieta z ograniczonej zawartości węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych (kardiologiczna)	Dieta łatwostrawna z ograniczonymi tłuszczami i ograniczonymi produktami pochodzenia zwierzęcego, soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham- 70g (sezam, gluten) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta jajeczna-50g (jajko, mleko) Szynka góralska-40g (soja) Pomidor- 80g Mix sałat- 20g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham- 100g (sezam, gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta jajeczna-50g (jajko, mleko) Szynka góralska-40g (soja) Pomidor- 80g Mix sałat- 20g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham- 70g (sezam, gluten) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z białek z koperkiem-50g (jajko, mleko) Szynka góralska-40g (soja) Pomidor- 80g Mix sałat- 20g	Herbata czarna b/c -250ml Zacierka na mleku b/l-400ml (mleko, gluten) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta jajeczna-50g (jajko, mleko) Szynka góralska-40g (soja) Pomidor- 80g Mix sałat- 20g	Herbata czarna b/c -250ml Zacierka na mleku b/l-400ml (mleko, gluten) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta jajeczna-50g (jajko, mleko) Szynka góralska-60g (soja) Pomidor- 80g Mix sałat- 20g
Obiad	Kompot owocowy b/c- 250ml Rosół z makaronem- 400ml (gluten, jaja) Schab duszony w sosie własnym z cebulką-100g +30g sos Ziemniaki gotowane-200g Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka -150g (mleko)	Kompot owocowy b/c- 250ml Rosół z makaronem- 400ml (gluten, jaja) Schab duszony w sosie własnym z cebulką-100g +30g sos Ziemniaki gotowane-200g Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka -150g (mleko)	Kompot owocowy b/c- 250ml Rosół z makaronem- 400ml (gluten, jaja) Schab duszony w sosie własnym z cebulką-100g +30g sos Ziemniaki gotowane-200g Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka -150g (mleko)	Kompot owocowy b/c- 250ml Rosół z makaronem- 400ml (gluten, jaja) Schab duszony w sosie własnym (dieta)-100g +30g sos Ziemniaki gotowane-200g Marchewka gotowana- 150g	Kompot owocowy b/c- 250ml Rosół z makaronem- 400ml (gluten, jaja) Schab duszony w sosie własnym (dieta)-150g +30g sos Ziemniaki gotowane-200g Marchewka gotowana- 150g
Kolacja	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny- 30g (gluten) Chleb graham-70g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Pasta z twarogu i makreli z koperkiem-90g (mleko, ryba) Ogórek świeży -70g Sałata rzymska-30	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham-100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Pasta z twarogu i makreli z koperkiem-90g (mleko, ryba) Ogórek świeży -70g Sałata rzymska-30	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny- 30g (gluten) Chleb graham-70g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Pasta z twarogu i makreli z koperkiem-90g (mleko, ryba) Ogórek świeży -70g Sałata rzymska-30g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta twarogowa z dorszem pieczonym i koperkiem -90g (mleko, ryba) Sałata rzymska-30g Pomidor-80g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta twarogowa z dorszem pieczonym i koperkiem -110g (mleko, ryba) Sałata rzymska-30g Pomidor-80g
Posiłek dodatkowy	Budyń waniliowy z/c-150ml (mleko, gluten)	Kanapka z wędliną ogórkiem i sałata- 1 szt (glutem, sezam, soja)	Budyń waniliowy z/c-150ml (mleko, gluten)	Budyń waniliowy z/c-150ml (mleko, gluten)	Budyń waniliowy z/c-150ml (mleko, gluten)
Wartość i odżywcze	Kcal: 1843 ; W: 226,9 g ; B: 98,2 g ; T: 65,5 g (tł.nasycone: 17,3 g); sód: 3542,3 mg ; cukry: 48,3 g	Kcal: 1924; W: 240 g ; B: 102 g ; T: 69,6 g (tł.nasycone: 16,9 g); sód: 3868,9 mg ; cukry: 24,6 g	Kcal: 1857; W: 231,6 g ; B: 102,3 g ; T: 63,9 g (tł.nasycone: 15,8 mg); sód: 3764,5 mg ; cukry: 49,5 g	Kcal: 1994; W: 256,5g; B: 108,6g; T: 60,8g(tł.nasycone: 27,9g); sód: 2858,7mg; cukry: 68,1g	Kcal: 2049; W: 256,5g; B: 117,6g; T: 62,8g(tł.nasycone: 28,6g); sód: 2978,6mg; cukry: 68,1g

Poniedziałek 07.04.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych (kardiologiczna)	Dieta łatwostrawna z ogr. tł i z ogr. sub. pob. wyd. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c-250ml Bułka graham-1szt (gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Pasta z zielonego groszku i bazylii-50g Poleđwica sopocka -40g (soja) Pomidor-80g Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c-250ml Bułka graham-1szt (gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Pasta z zielonego groszku i bazylii-50g Poleđwica sopocka -40g (soja) Pomidor-80g Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c-250ml Bułka graham-1szt (gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Pasta z zielonego groszku i bazylii-50g Poleđwica sopocka -40g (soja) Pomidor-80g Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza kukurydziana na mleku b/l - 300ml (mleko) Bułka kajzerka- 1 szt (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z pieczonej marchwi z rozmarynem-40g Poleđwica sopocka -40g (soja) Pomidor-80g Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza kukurydziana na mleku b/l - 300ml (mleko) Bułka kajzerka- 1 szt (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z pieczonej marchwi z rozmarynem-40g Poleđwica sopocka -60g (soja) Pomidor-80g Sałata lodowa-30g
Obiad	Kompot owocowy b/c- 250ml Krem z warzyw –400ml (gluten, seler, mleko) Makaron razowy ze szpinakiem, serem feta i kurczakiem-400g (mleko, jaja, gluten)	Kompot owocowy b/c- 250ml Krem z warzyw –400ml (gluten, seler, mleko) Makaron razowy ze szpinakiem, serem feta i kurczakiem -400g (mleko, jaja, gluten)	Kompot owocowy b/c- 250ml Krem z warzyw –400ml (gluten, seler, mleko) Makaron razowy ze szpinakiem, serem feta i kurczakiem -400g (mleko, jaja, gluten)	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa grysikowa z włoszczyzną – 400ml (gluten, seler) Makaron pszenny ze szpinakiem i serem mozzarella kurczakiem 400g (mleko, jaja, gluten)	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa grysikowa z włoszczyzną – 400ml (gluten, seler) Makaron pszenny ze szpinakiem i serem mozzarella i kurczakiem 400g (mleko, jaja, gluten)
Kolacja	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham-70g (sezam, gluten) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Paprykarz szczeciński – 100g (ryba) Rukola- 10g Ogórek kiszony- 70g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Paprykarz szczeciński – 100g (ryba) Rukola- 10g Ogórek kiszony- 70g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham-70g (sezam, gluten) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Paprykarz z dorsza (dieta) – 100g (ryba) Rukola- 10g Ogórek kiszony- 70g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Paprykarz z dorsza (dieta)– 100g (ryba) Dyńa pieczona w ziołach-80g Mix sałat-20g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Paprykarz z dorsza (dieta)– 150g (ryba) Dyńa pieczona w ziołach-80g Mix sałat-20g
Posiłek dodatkowy	Kefir-150ml (mleko)	Kefir-150ml (mleko) Pieczywo chrupkie „Sanko” 7 ziaren-3 kromki (gluten)	Kefir-150ml (mleko)	Kefir-150ml (mleko)	Kefir-150ml (mleko)
Wartość i odżywcze	Kcal: 1835 ; W: 234,2 g; B: 83,7 g ; T: 70,9 g (tł.nasycone: 27,8 g); sól: 3432,6 mg ; cukry: 32,9 g	Kcal: 1877; W: 245,8 g ; B: 84,5 g ; T: 70,5 g (tł.nasycone: 27,6 g); sól: 3460,8 mg ; cukry: 31,2 g	Kcal: 1831 ; W: 240,2 g ; B: 83,5 g ; T: 67,8 g (tł.nasycone: 26,7 g); sól: 3052,8 mg ; cukry: 33,8 g	Kcal: 2210; W: 270,1g; B: 107,1g; T: 79,9g(tł.nasycone: 29,4g); sól: 3119,5mg; cukry:60,7g	Kcal: 2247; W: 270,2; B: 111,7g; T: 81,8g(tł.nasycone: 30g); sól: 3271,4mg; cukry: 60,7g

Wtorek 08.04.2 5	Dieta podstawowa	Dieta z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych (kardiologiczna)	Dieta łatwostrawna z ogr.tł i z ogr.sub.pob.wydz. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z twarogu i zielonych oliwek-50g (mleko) Wędlina z indyka-40g (soja) Mix sałat- 20g Ogórek świeży- 70g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham-100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Pasta z twarogu i zielonych oliwek- 50g (mleko) Wędlina z indyka-40g (soja) Mix sałat- 20g Ogórek świeży- 70g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham-70g (sezam, gluten) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z twarogu i zielonych oliwek- 50g (mleko) Wędlina z indyka-40g (soja) Mix sałat- 20g Ogórek świeży- 70g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza manna na mleku b/l -300ml (gluten, mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z twarogu i zielonych oliwek- 50g (mleko) Wędlina z indyka-40g (soja) Mix sałat- 20g Pomidor-80g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza manna na mleku b/l -300ml (gluten, mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z twarogu i zielonych oliwek-70g (mleko) Wędlina z indyka-40g (soja) Mix sałat- 20g Pomidor-80g
Obiad	Kompot owocowy-250ml Zupa pomidorowa z makaronem- 400ml (gluten, jaja, mleko, seler) Kurczak pieczony w sosie musztardowym-200g (mleko) Ryż brązowy-200g Surówka z ogórków kiszonych-150g	Kompot owocowy-250ml Zupa pomidorowa z makaronem- 400ml (gluten, jaja, mleko, seler) Kurczak pieczony w sosie musztardowym-200g (mleko) Ryż brązowy-200g Surówka z ogórków kiszonych-150g	Kompot owocowy-250ml Zupa pomidorowa z makaronem- 400ml (gluten, jaja, mleko, seler) Kurczak pieczony w sosie musztardowym-200g (mleko) Ryż brązowy-200g Surówka z ogórków kiszonych-150g	Kompot owocowy-250ml Zupa pomidorowa z makaronem (dieta)-400ml (gluten, jaja, mleko, seler) Kurczak duszony w sosie dyniowym- 200g (mleko) Ryż biały-200g Warzywa po grecku- 150g (seler)	Kompot owocowy-250ml Zupa pomidorowa z makaronem (dieta)-400ml (gluten, jaja, mleko, seler) Kurczak duszony w sosie dyniowym- 250g (mleko) Ryż biały-200g Warzywa po grecku- 150g (seler)
Kolacja	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham-70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Sałatka jarzynowa-80g (mleko, seler, jajo) Kiełbasa żywiecka podsuszana-40g (gluten) Sałata rzymska- 30g	Herbata owocowa b/c- 250ml Chleb graham-100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Sałatka jarzynowa-80g (mleko, seler, jajo) Kiełbasa żywiecka podsuszana-40g (gluten) Sałata rzymska- 30g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham-70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Sałatka jarzynowa-80g (mleko, seler, jajo) Wędlina z kurczaka -40g Sałata rzymska- 30g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny – 100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Sałatka jarzynowa (dieta)-80g (mleko, seler, jajo) Wędlina z kurczaka -40g Sałata rzymska- 30g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny – 100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Sałatka jarzynowa(dieta)-80g (mleko, seler, jajo) Wędlina z kurczaka -60g Sałata rzymska- 30g
Posiłek dodatkowy	Pieczywo „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) Serek almette- 1 op (30g) (mleko)	Pieczywo „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) Serek almette- 1 op (30g) (mleko)	Pieczywo „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) Serek almette- 1 op (30g) (mleko)	Pieczywo „Sanko” kukurydziane – 3 kromki (gluten) Serek almette- 1 op (30g) (mleko)	Pieczywo „Sanko” kukurydziane – 3 kromki (gluten) Serek almette- 1 op (30g) (mleko)
Wartość i odżywcze	Kcal: 2089 ; W: 285,2 g ; B: 94,8 g ; T: 69,8 g (tł.nasycone: 17,5 g); sól: 4224 mg ; cukry: 42,9 g	Kcal: 2043 ; W: 258,9 g ; B: 89,2 g ; T: 76,6 g (tł.nasycone: 19,9 g); sól: 2887,1 mg ; cukry: 24,5 g	Kcal: 2000 ; W: 260,4 g ; B: 89,6 g ; T: 69,6 g (tł.nasycone: 17,5 g); sól: 4128,7 mg ; cukry: 29,9 g	Kcal: 2154; W: 306,6g; B: 103,5g; T: 56,9g(tł.nasycone: 24,3g); sól: 3100,5mg; cukry: 59,4g	Kcal: 2206; W: 307,3g; B: 112,6g; T: 58,3g(tł.nasycone: 24,8g); sól: 3221,1mg; cukry: 59,7g

