

Poniedziałek 26.05.25	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 Buka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z ciecierzycy i suszonych pomidorów-50g Ser Żółty- 40g (mleko) Pomidor- 80g Mix sałat- 20g	Herbata czarna b/c -250ml Buka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z ciecierzycy i suszonych pomidorów-50g Ser Żółty- 40g (mleko) Pomidor- 80g Mix sałat- 20g	Herbata czarna b/c -250ml Buka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z ciecierzycy i suszonych pomidorów-50g Serek bieluch- 40g (mleko) Pomidor- 80g Mix sałat- 20g	Herbata czarna b/c -250ml Zacierka na mleku b/l-300ml (mleko, gluten, jaja) Buka kajzerka – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z marchewki i selera-50g (seler, mleko) Wędlina z kurczaka-40g Pomidor- 80g Mix sałat- 20g	Herbata czarna b/c -250ml Zacierka na mleku b/l-300ml (mleko, gluten, jaja) Buka kajzerka – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z marchewki i selera-50g (seler, mleko) Wędlina z kurczaka-60g Pomidor- 80g Mix sałat- 20g
Obiad	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa jarzynowa z ziemniakami - 400ml (mleko seler) Kluski śląskie- 200g (gluten) Karczek pieczony z cebulką w sosie kminkowym –100g Sałatka szwedzka -150g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa jarzynowa z ziemniakami - 400ml (mleko seler) Kluski śląskie- 200g (gluten) Karczek pieczony z cebulką w sosie kminkowym –100g Sałatka szwedzka -150g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa jarzynowa z ziemniakami -400ml (mleko, seler) Kluski śląskie- 200g (gluten) Potrawka z drobiowa z włoszczyzną – 200g (seler) Sałatka szwedzka -150g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa jarzynowa z ziemniakami (dieta) - 400ml (mleko, seler) Kluski śląskie- 200g (gluten) Potrawka z drobiowa z włoszczyzną – 200g (seler) Dynia pieczona w ziołach-150g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa jarzynowa z ziemniakami (dieta) -400ml (mleko, seler) Kluski śląskie- 200g (gluten) Potrawka z drobiowa z włoszczyzną – 250g (seler) Dynia pieczona w ziołach-150g
Kolacja	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z jaj z koperkiem-50g (jaja, mleko) Mozzarella mini light-40g (mleko) Sałata rzymska-30g Ogórek świeży b/s- 70g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Pasta z jaj z koperkiem-50g (jaja, mleko) Mozzarella mini light -40g (mleko) Sałata rzymska-30g Ogórek świeży b/s- 70g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z białek z koperkiem-50g (jaja, mleko) Mozzarella mini light -40g (mleko) Sałata rzymska-30g Ogórek świeży b/s- 70g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb pszenny – 100g(gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z jaj z koperkiem-50g (jaja, mleko) Mozzarella mini light -40g (mleko) Sałata rzymska-30g Pomidor-80g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb pszenny – 100g(gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z jaj z koperkiem-50g (jaja, mleko) Mozzarella mini light -60g (mleko) Sałata rzymska-30g Pomidor-80g
Posiłek dodatkowy	Fit ciasteczko zbożowe b/c- 50g (gluten, mleko)	Fit ciasteczko zbożowe b/c- 50g (gluten, mleko)	Fit ciasteczko zbożowe b/c- 50g (gluten, mleko)	Mus owocowy-120g	Mus owocowy- -120g
Wartości odżywcze	Kcal: 2315 W: 283.1 / B: 98.0 T: 95.4 Tł. nasycone: 22.5 Cukry ogółem: 33.8 Na: 4487.7	Kcal: 2287 W: 283.1 / B: 97.1 T: 94.3 Tł. nasycone: 22.1 Cukry ogółem: 29.8 Na: 4447.1	Kcal: 1959 W: 281.3 / B: 82.9 T: 62.8 Tł. nasycone: 12.2 Cukry ogółem: 36.8 Na: 3873.3	Kcal: 2087 W: 289.3 / B: 99.7 T: 62.7 Tł. nasycone: 21.7 Cukry ogółem: 51.4 Na: 3410.8	Kcal: 2228 W: 296.0 / B: 120.6 T: 65.9 Tł. nasycone: 22.2 Cukry ogółem: 54.2 Na: 3941.8

Wtorek 27.05.25	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 (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Serek Bieluch -50g (mleko) Paszтет z cukinii –70g (gluten, jaja, seler) Mix sałat-20g Pomidor-80g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham - 100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Serek Bieluch -50g (mleko) Paszтет z cukinii –70g (gluten, jaja, seler) Mix sałat-20g Pomidor-80g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Serek Bieluch -50g (mleko) Paszтет z cukinii –70g (gluten, jaja, seler) 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) Serek Bieluch -50g (mleko) Paszтет z cukinii –70g (gluten, jaja, seler) 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) Serek Bieluch -80g (mleko) Paszтет z cukinii –70g (gluten, jaja, seler) Mix sałat-20g Pomidor-80g
Obiad	Kompot owocowy b/c-250ml Zupa brokułowa makaronem-400ml (mleko, gluten, jaja, seler) Filet z kurczaka faszerowany szpinakiem -120g Ziemniaki gotowane-200g Buraczki tarte z jabłkiem- 150g	Kompot owocowy b/c-250ml Zupa brokułowa z makaronem-400ml (mleko, gluten, jaja, seler) Filet z kurczaka faszerowany szpinakiem -120g Ziemniaki gotowane-200g Buraczki tarte z jabłkiem- 150g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa brokułowa z makaronem-400ml (mleko, gluten, jaja, seler) Filet z kurczaka faszerowany szpinakiem -120g Ziemniaki gotowane-200g Buraczki tarte z jabłkiem- 150g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa grysikowa - 400ml (gluten, seler) Filet z kurczaka faszerowany szpinakiem -120g Ziemniaki gotowane-200g Cukinia duszona w ziołach prowansalskich- 150g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa grysikowa - 400ml (gluten, seler) Filet z kurczaka faszerowany szpinakiem -150g Cukinia duszona w ziołach prowansalskich- 150g
Kolacja	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Smalczyk z fasoli-50g Polędwica sopocka-40g (soja) Papryka konserwowa-70g Roszponka-10g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham -100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Smalczyk z fasoli-50g Polędwica sopocka-40g (soja) Papryka konserwowa-70g Roszponka-10g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham - 70g(gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Smalczyk z fasoli-50g Polędwica sopocka-40g (soja) Papryka konserwowa-70g Roszponka-10g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb pszenny -100g (gluten, sezam) Masło – 10g (masło) Pasta z marchewki z rozmarynem-50g Wędlina z kurczaka-40g Pomidor-80g Roszponka-10g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb pszenny -100g (gluten, sezam) Masło – 10g (masło) Pasta z marchewki z rozmarynem-50g Wędlina z kurczaka-60g Pomidor-80g Roszponka-10g
Posiłek dodatkowy	Pieczyno „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) Serek almette- 1 op (30g) (mleko)	Pieczyno „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) Serek almette- 1 op (30g) (mleko)	Pieczyno „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) Serek almette- 1 op (30g) (mleko)	Pieczyno „Sanko” kukurydziane – 3 kromki (gluten) (15g) Serek almette- 1 op (30g) (mleko)	Pieczyno „Sanko” kukurydziane – 3 kromki (gluten) (15g) Serek almette- 1 op (30g) (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2206 W: 287.0 / B: 99.4 T: 79.3 Tł. nasycone: 18.9 Cukry ogółem: 53.5 Na: 4065.9	Kcal: 2150 W: 287.0 / B: 97.6 T: 77.1 Tł. nasycone: 18.1 Cukry ogółem: 45.5 Na: 3984.7	Kcal: 2206 W: 287.0 / B: 99.4 T: 79.3 Tł. nasycone: 18.9 Cukry ogółem: 53.5 Na: 4065.9	Kcal: 2213 W: 272.2 / B: 108.0 T: 80.8 Tł. nasycone: 27.7 Cukry ogółem: 51.8 Na: 2667.1	Kcal: 2343 W: 273.4 / B: 128.2 T: 85.1 Tł. nasycone: 29.8 Cukry ogółem: 53.0 Na: 2880.7

Środa 28.05.25	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 – 100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z pieczonej papryki słonecznika -50g Wędlina z indyka-40g (soja) Pomidor -80g Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c-250ml Bułka graham – 100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z pieczonej papryki słonecznika -50g Wędlina z indyka-40g (soja) Pomidor -80g Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham – 100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z pieczonej papryki słonecznika -50g Wędlina z indyka-40g (soja) Pomidor -80g Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c -250ml Płatki owsiane na mleku b/l-300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z włoszczyzny z koncentratem pomidorowym-50g (seler) Wędlina z indyka-40g (soja) Pomidor -80g Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c -250ml Płatki owsiane na mleku b/l-300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z włoszczyzny z koncentratem pomidorowym-50g (seler) Wędlina z indyka-60g (soja) Pomidor -80g Sałata lodowa-30g
Obiad	Kompot owocowy - 250ml Zupa pieczarkowa z ziemniakami - 400ml (mleko, seler) Makaron razowy – 200g (gluten, jaja) Biały ser-150g (mleko) Sos truskawkowy ze/s- 100ml (mleko, gluten)	Kompot owocowy - 250ml Zupa pieczarkowa z ziemniakami - 400ml (mleko, seler) Makaron razowy – 200g (gluten, jaja) Biały ser-150g (mleko) Sos truskawkowy ze/s- 100ml (mleko, gluten)	Kompot owocowy - 250ml Zupa pieczarkowa z ziemniakami - 400ml (mleko, seler) Makaron razowy – 200g (gluten, jaja) Biały ser-150g (mleko) Sos truskawkowy ze/s- 100ml (mleko, gluten)	Kompot owocowy - 250ml Zupa jarzynowa z ziemniakami (dieta) - 400ml (mleko, seler) Makaron pszenny – 200g (gluten, jaja) Biały ser-150g (mleko) Sos truskawkowy z/c- 100ml (mleko, gluten)	Kompot owocowy - 250ml Zupa jarzynowa z ziemniakami (dieta) - 400ml (mleko, seler) Makaron pszenny – 200g (gluten, jaja) Biały ser-200g (mleko) Sos truskawkowy z/c- 100ml (mleko, gluten)
Kolacja	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z twarogu i makreli-90g (ryba, mleko) Ogórek świeży b/s- 70g Mix sałat-20g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham - 100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Pasta z twarogu i makreli-90g (ryba, mleko) Ogórek świeży b/s- 70g Mix sałat-20g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z twarogu i dorsza-90g (ryba, mleko) Ogórek świeży b/s- 70g Mix sałat-20g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb pszenny - 100g (gluten, sezam) Masło – 10g (masło) Pasta z twarogu i dorsza-90g (mleko, ryba) Pomidor-80g Mix sałat-20g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb pszenny - 100g (gluten, sezam) Masło – 10g (mleko) Pasta z twarogu i dorsza-110g (mleko, ryba) Pomidor-80g Mix sałat-20g
Posiłek dodatkowy	Mus owocowy- 120g	Kanapka z hummusem, sałatą i pomidorem – 1 szt (sezam, gluten)	Mus owocowy- 120g	Mus owocowy- 120g	Mus owocowy- 120g
Wartości odżywcze	Kcal: 2051 W: 257.9 / B: 105.4 T: 74.2 Tł. nasycone: 20.0 Cukry ogółem: 31.4 Na: 2825.5	Kcal: 2171 W: 276.2 / B: 111.2 T: 80.5 Tł. nasycone: 20.8 Cukry ogółem: 28.6 Na: 3198.9	Kcal: 2206 W: 287.0 / B: 99.4 T: 79.3 Tł. nasycone: 18.9 Cukry ogółem: 53.5 Na: 4065.9	Kcal: 2031 W: 286.8 / B: 102.5 T: 55.8 Tł. nasycone: 25.8 Cukry ogółem: 56.3 Na: 2567.5	Kcal: 2137 W: 289.2 / B: 119.4 T: 59.0 Tł. nasycone: 27.5 Cukry ogółem: 56.3 Na: 2807.9

Czwartek 29.05.25	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 (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Sałatka jarzynowa- 80g (seler, jajo, mleko) Kiełbasa krakowska-40g (gluten) Sałata rzymska-30g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham-100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Sałatka jarzynowa- 80g (seler, jajo, mleko) Kiełbasa krakowska-40g (gluten) Sałata rzymska-30g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham-70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Sałatka jarzynowa (dieta) 80g (seler, jajo, mleko) Wędlina z kurczaka-40g Sałata rzymska-30g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza kukurydziana na mleku b/l-300ml (mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka jarzynowa (dieta) 80g (seler, jajo, mleko) Wędlina z kurczaka-40g Sałata rzymska-30g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza kukurydziana na mleku b/l-300ml (mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka jarzynowa (dieta) 80g (seler, jajo, mleko) Wędlina z kurczaka-60g Sałata rzymska-30g
Obiad	Kompot owocowy - 250ml Rosół z makaronem-400ml (seler, gluten, jajo) Klopsiki drobiowe w sosie warzywnym – 100g + 50g sos (jajo, seler, gluten) Kasza bulgur -200g (gluten) Surówka z pora, marchwi i jabłka - 150g (mleko)	Kompot owocowy - 250ml Rosół z makaronem-400ml (seler, gluten, jajo) Klopsiki drobiowe w sosie warzywnym – 100g + 50g sos (jajo, seler, gluten) Kasza bulgur -200g (gluten) Surówka z pora, marchwi i jabłka - 150g (mleko)	Kompot owocowy - 250ml Rosół z makaronem-400ml (seler, gluten, jajo) Klopsiki drobiowe w sosie warzywnym – 100g + 50g sos (jajo, seler, gluten) Kasza bulgur -200g (gluten) Surówka z pora, marchwi i jabłka -150g (mleko)	Kompot owocowy - 250ml Rosół z makaronem-400ml (seler, gluten, jajo) Klopsiki drobiowe w sosie warzywnym – 100g + 50g sos (jajo, seler, gluten) Kasza kuskus -200g (gluten) Marchewka gotowana-150g	Kompot owocowy - 250ml Rosół z makaronem-400ml (seler, gluten, jajo) Klopsiki drobiowe w sosie warzywnym – 150g + 50g sos (jajo, seler, gluten) Kasza kuskus-200g (gluten) Marchewka gotowana-150g
Kolacja	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta twarogowa z białą rzodkwią- 50g (mleko) Wędlina z kurczaka-40g Ogórek świeży b/s- 70g Mix sałat- 20g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Pasta twarogowa z białą rzodkwią- 50g (mleko) Wędlina z kurczaka-40g Ogórek świeży b/s- 70g Mix sałat- 20g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta twarogowa z białą rzodkwią- 50g (mleko) Wędlina z kurczaka-40g Ogórek świeży b/s- 70g Mix sałat- 20g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pomidor- 80g Mix sałat- 20g Pasta twarogowa z koperkiem- 50g (mleko) Wędlina z kurczaka-40g Pomidor-80g Mix sałat- 20g	Herbata owocowa-250ml Chleb pszenny-100(gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta twarogowa z koperkiem- 70g (mleko) Wędlina z kurczaka-40g Pomidor-80g Mix sałat- 20g
Posiłek dodatkowy	Serek homogenizowany-150g (mleko)	Serek homogenizowany-150g (mleko) Pieczywo „Sanko” 7 ziaren-15g (gluten)	Serek homogenizowany-150g (mleko)	Serek homogenizowany-150g (mleko)	Serek homogenizowany-150g (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2112 W: 289.9 / B: 98.9 T: 67.4 Tł. nasycone: 18.0 Cukry ogółem: 64.3 Na: 3505.3	Kcal: 2110 W: 301.5 / B: 98.3 T: 65.3 Tł. nasycone: 17.2 Cukry ogółem: 56.3 Na: 3424.1	Kcal: 1942 W: 288.2 / B: 91.9 T: 52.0 Tł. nasycone: 13.3 Cukry ogółem: 64.9 Na: 3170.7	Kcal: 2129 W: 311.7 / B: 103.6 T: 52.1 Tł. nasycone: 24.0 Cukry ogółem: 76.0 Na: 3373.2	Kcal: 2281 W: 318.7 / B: 122.4 T: 57.3 Tł. nasycone: 26.2 Cukry ogółem: 77.8 Na: 3776.7

Piątek 30.05.25	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 – 100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Sałatka z ryżu brązowego z tuńczyka w s/w z kukurydzą, rukolą i jogurtem-150g (mleko, ryba) Sałata lodowa- 30g	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Sałatka z ryżu brązowego z tuńczyka w s/w z kukurydzą, rukolą i jogurtem-150g (mleko, ryba) Sałata lodowa- 30g	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Sałatka z ryżu brązowego z tuńczyka w s/w z kukurydzą, rukolą i jogurtem-150g (mleko, ryba) Sałata lodowa- 30g	Herbata czarna b/c -250ml Płatki pszenne na mleku b/l-300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka z ryżu białego z tuńczyka w s/w z pomidorkami i jogurtem-150g (mleko, ryba) Sałata lodowa- 30g	Herbata czarna b/c -250ml Płatki pszenne na mleku b/l-300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka z ryżu białego z tuńczyka w s/w z pomidorkami i jogurtem-200g (mleko, ryba) Sałata lodowa- 30g
Obiad	Kompot owocowy - 250ml Krem z zielonego groszku z razowymi grzankami – 400ml (gluten, mleko, seler) Łosoś zapiekany z warzywami w sosie koperkowym -100g (ryba, mleko, seler) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z marchwi i brzoskwini-150g	Kompot owocowy - 250ml Krem z zielonego groszku z razowymi grzankami –400ml (gluten, mleko, seler) Łosoś zapiekany z warzywami w sosie koperkowym -100g (ryba, mleko, seler) Ziemniaki gotowane – 200g Surówka z marchwi i brzoskwini -150g	Kompot owocowy - 250ml Krem z zielonego groszku z razowymi grzankami – 400ml (gluten, mleko, seler) Łosoś zapiekany z warzywami w sosie koperkowym -100g (ryba, mleko, seler) Ziemniaki gotowane – 200g Surówka z marchwi i brzoskwini -150g	Kompot owocowy - 250ml Zupa ziemniaczana- 400ml (mleko, seler) Łosoś zapiekany z warzywami w sosie koperkowym -100g (ryba, mleko, seler) Ziemniaki gotowane – 200g Cukinia duszona w ziołach prowansalskich-150g	Kompot owocowy - 250ml Zupa ziemniaczana- 400ml (mleko, seler) Łosoś zapiekany z warzywami w sosie koperkowym -150g (ryba, mleko, seler) Ziemniaki gotowane – 200g Cukinia duszona w ziołach prowansalskich-150g
Kolacja	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham – 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Hummus-40g (sezam) Serek wiejski light-50g (mleko) Rukola- 10g Ogórek kiszony- 70g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Hummus-40g (sezam) Serek wiejski light-50g (mleko) Rukola- 10g Ogórek kiszony- 70g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham – 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Hummus-40g (sezam) Serek wiejski light-50g (mleko) Rukola- 10g Ogórek kiszony- 70g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z włoszczyzny i koncentratu pomidorowego-40g (seler) Serek wiejski light-50g (mleko) Dynia pieczona w ziołach-80g Mix sałat-20g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z włoszczyzny i koncentratu pomidorowego-40g (seler) Serek wiejski light-50g (mleko) Dynia pieczona w ziołach-80g Mix sałat-20g
Posilek dodatkowy	Chlebek bananowy ze słodzikiem-50g (gluten, jaja, mleko) Jogurt naturalny- 150ml (mleko)	Chlebek bananowy ze słodzikiem-50g (gluten, jaja, mleko) Jogurt naturalny-1szt (mleko)	Chlebek bananowy ze słodzikiem-50g (gluten, jaja, mleko) Jogurt naturalny-1szt (mleko)	Biszkopty- 50g (gluten, mleko, jaja) Jogurt naturalny1 szt (mleko)	Biszkopty- 50g (gluten, mleko, jaja) Jogurt naturalny1 szt (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2451 W: 312.1 / B: 96.9 T: 95.8 Tł. nasycone: 22.3 Cukry ogółem: 65.5 Na: 3052.9	Kcal: 2395 W: 312.1 / B: 95.1 T: 93.6 Tł. nasycone: 21.5 Cukry ogółem: 57.5 Na: 2971.7	Kcal: 2509 W: 329.8 / B: 94.6 T: 95.8 Tł. nasycone: 22.4 Cukry ogółem: 68.5 Na: 3093.7	Kcal: 2684 W: 348.1 / B: 95.8 T: 107.4 Tł. nasycone: 34.9 Cukry ogółem: 73.1 Na: 2752.4	Kcal: 2823 W: 349.5 / B: 110.1 T: 115.4 Tł. nasycone: 36.7 Cukry ogółem: 73.5 Na: 2862.9

Sobota 31.05.25	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/c250ml Chleb graham-70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Galaretka drobiowa z warzywami- 100g (seler, jajko) Polędwica sopocka-25g (soja) Papryka konserwowa-70g	Herbata czarna b/c250ml Chleb graham-100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Galaretka drobiowa z warzywami- 100g (seler, jajko) Polędwica sopocka-25g (soja) Papryka konserwowa-70g	Herbata czarna b/c250ml Chleb graham-70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Galaretka drobiowa z warzywami- 100g (seler, jajko) Polędwica sopocka-25g (soja) Papryka konserwowa-70g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza jaglana na mleku b/l-300ml (mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Galaretka drobiowa z warzywami-100g (seler, jajko) Wędlina z kurczaka-25g Pomidor-80g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza jaglana na mleku b/l-300ml (mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Galaretka drobiowa z warzywami- 100g (seler, jajko) Wędlina z kurczaka-50g (soja) Pomidor-80g
Obiad	Kompot owocowy-250ml Ogórkowa z ziemniakami - 400ml (mleko, seler) Kurczak w sosie po meksykańsku- 200g Ryż brązowy-200g	Kompot owocowy-250ml Ogórkowa z ziemniakami - 400ml (mleko, seler) Kurczak w sosie po meksykańsku- 200g Ryż brązowy-200g	Kompot owocowy-250ml Ogórkowa z ziemniakami - 400ml (mleko, seler) Kurczak w sosie po meksykańsku- 200g Ryż brązowy-200g	Kompot owocowy-250ml Zupa grysikowa-400ml (gluten) Kurczak w sosie pomidorowym -200g (mleko) Ryż biały-200g Marchewka gotowana-100g	Kompot owocowy-250ml Zupa grysikowa-400ml (gluten) Kurczak w sosie pomidorowym -250g (mleko) Ryż biały-200g Marchewka gotowana-100g
Kolacja	Herbata owocowa b/250ml Chleb graham - 60g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Sałatka brokułowa z makaronem razowym, kurczakiem i warzywami- 200g (mleko) Sałata rzymska-30g	Herbata owocowa b/250ml Chleb graham - 60g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Sałatka brokułowa z makaronem razowym, kurczakiem i warzywami- 200g (mleko) Sałata rzymska-30g	Herbata owocowa b/250ml Chleb graham - 60g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Sałatka brokułowa z makaronem razowym, kurczakiem i warzywami- 200g (mleko) Sałata rzymska-30g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny - 60g (gluten) Masło – 10g (masło) Sałatka z różyczek brokuła z makaronem pszennym, kurczakiem i pomidorkami- 200g (mleko) Sałata rzymska-30g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny -60g (gluten) Masło – 10g (masło) Sałatka z różyczek brokuła z makaronem pszennym, kurczakiem i pomidorkami- 250g (mleko) Sałata rzymska-30g
Posiłek dodatkowy	Kefir-150ml (mleko)	Kefir-150ml (mleko) Pieczywo „Sanko” 7 ziaren-15g (gluten)	Kefir-150ml (mleko)	Kefir-150ml (mleko)	Kefir-150ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 1952 W: 263.6 / B: 93.5 T: 63.4 Tł. nasycone: 18.6 Cukry ogółem: 37.3 Na: 4451.0	Kcal: 1978 W: 275.2 / B: 93.8 T: 62.4 Tł. nasycone: 18.2 Cukry ogółem: 33.3 Na: 4410.4	Kcal: 1993 W: 283.3 / B: 97.3 T: 57.9 Tł. nasycone: 15.7 Cukry ogółem: 40.6 Na: 3870.1	Kcal: 2117 W: 288.0 / B: 111.3 T: 57.9 Tł. nasycone: 24.1 Cukry ogółem: 51.0 Na: 2704.2	Kcal: 2247 W: 295.8 / B: 129.7 T: 60.8 Tł. nasycone: 24.6 Cukry ogółem: 52.7 Na: 3068.8

Niedziela 01.06.2025	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. wydź. 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) Wędlina z kurczaka 40 g 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) Wędlina z kurczaka 40 g 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) Wędlina z kurczaka 40 g Mix sałat 20 g Ogórek konserwowy 80 g	Herbata czarna b/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku b/l 300 ml (mleko) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Jajko gotowane 1 szt (jaja) Wędlina z kurczaka 40 g Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku b/l 300 ml (mleko) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Jajko gotowane 2 szt (jaja) Wędlina z kurczaka 40 g 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) Rozżonka 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) Rozżonka 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) Rozżonka 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) Rozżonka 10 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Pasta twarogowa z koperkiem 110 g (mleko) Rozżonka 10 g Pomidor 80 g
Posiłek dodatkowy	Piecząwo „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) + serek almette 1szt (30g)(mleko)	Piecząwo „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) + serek almette 1szt (30g)(mleko)	Piecząwo „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) + serek almette 1szt (30g)(mleko)	Piecząwo „Sanko” kukurydziane + 3 kromki (15g) + serek almette 1 szt (30g) (mleko)	Piecząwo „Sanko” kukurydziane + 3 kromki (15g) + serek almette 1 szt (30g) (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 1978 W: 266.8 / B: 87.9 T: 66.6 Tł. nasycone: 19.3 Cukry ogółem: 36.9 Na: 3006.3	Kcal: 1938 W: 266.8 / B: 86.6 T: 65.0 Tł. nasycone: 18.7 Cukry ogółem: 31.2 Na: 2948.3	Kcal: 1993 W: 283.3 / B: 97.3 T: 57.9 Tł. nasycone: 15.7 Cukry ogółem: 40.6 Na: 3870.1	Kcal: 2209 W: 300.7 / B: 98.7 T: 69.7 Tł. nasycone: 27.3 Cukry ogółem: 57.0 Na: 2536.5	Kcal: 2425 W: 303.3 / B: 124.4 T: 80.7 Tł. nasycone: 31.3 Cukry ogółem: 57.5 Na: 2662.4

Poniedziałek 02.06.25	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-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Paszтет z selera-70g (seler, gluten, jajo) Mozzarella mini-30g (mleko) Ogórek świeży b/s-70g Mix sałat-20g	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Paszтет z selera-70g (seler, gluten, jajo) Mozzarella mini-30g (mleko) Ogórek świeży b/s-70g Mix sałat-20g	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Paszтет z selera-70g (seler, gluten, jajo) Mozzarella mini-30g (mleko) Ogórek świeży b/s-70g Mix sałat-20g	Herbata czarna b/c -250ml Makaron na mleku na mleku b/l-300ml (mleko, gluten, jaja) Bułka kajzerka – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Paszтет z selera-70g (seler, gluten, jajo) Mozzarella mini-30g (mleko) Pomidor-80g Mix sałat-20g	Herbata czarna b/c -250ml Makaron na mleku na mleku b/l- 300ml (mleko, gluten, jaja) Bułka kajzerka– 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Paszтет z selera-70g (seler, gluten, jajo) Mozzarella mini-60g (mleko) Pomidor-80g Mix sałat-20g
Obiad	Kompot owocowy - 250ml Barszcz czerwony z ziemniakami i botwinką- 400ml (seler, mleko) Wątróbka drobiowa gotowana w s/w-200g Kasza gryczana-200g Surówka colesław-150g (mleko)	Kompot owocowy - 250ml Barszcz czerwony z ziemniakami i botwinką- 400ml (seler, mleko) Wątróbka drobiowa gotowana w s/w- 200g Kasza gryczana-200g Surówka colesław-150g (mleko)	Kompot owocowy - 250ml Barszcz czerwony z ziemniakami i botwinką- 400ml (seler, mleko) Potrawka drobiowa z włoszczyzną-200g (seler) Kasza gryczana-200g Surówka colesław-150g (mleko)	Kompot owocowy - 250ml Koperkowa z ziemniakami-400ml (mleko, seler) Potrawka drobiowa z włoszczyzną-200g (seler) Kasza jagłana-200g Dynia pieczona w ziołach-150g	Kompot owocowy - 250ml Koperkowa z ziemniakami-400ml (mleko, seler) Potrawka drobiowa z włoszczyzną-250g (seler) Kasza jagłana-200g Dynia pieczona w ziołach-150g
Kolacja	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham – 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny- 30g(gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z jaj 60g (mleko, jaja) Wędlina z kurczaka-30g Mix sałat- 20g Pomidor-80g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Pasta z jaj 60g (mleko,jaja) Wędlina z kurczaka-30g Mix sałat- 20g Pomidor-80g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham – 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny- 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z białek z koperkiem -60g (mleko, jaja) Wędlina z kurczaka-30g Mix sałat- 20g Pomidor-80g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło-10 (mleko) Pasta z jaj- 60g (mleko, jaja) Wędlina z kurczaka-30g Mix sałat- 20g Pomidor-80g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło-10 (mleko) Pasta z jaj --60g (mleko, jaja) Wędlina z kurczaka-50g Mix sałat- 20g Pomidor-80g
Posiłek dodatkowy	Koktajl z maślanki z mango i płatków owsianych 150ml (mleko, gluten)	Koktajl z maślanki z mango i płatków owsianych 150ml (mleko, gluten)	Koktajl z maślanki z mango i płatków owsianych 150ml (mleko, gluten)	Koktajl z maślanki z mango i płatków owsianych 150ml (mleko, gluten)	Koktajl z maślanki z mango i płatków owsianych 150ml (mleko, gluten)
Wartości odżywcze	Kcal: 2205 W: 287.5 / B: 99.3 T: 79.0 Tł. nasycone: 19.8 Cukry ogółem: 57.7 Na: 2823.9	Kcal: 2149 W: 287.5 / B: 97.5 T: 76.8 Tł. nasycone: 19.0 Cukry ogółem: 49.7 Na: 2742.7	Kcal: 1980 W: 280.0 / B: 93.7 T: 60.1 Tł. nasycone: 14.6 Cukry ogółem: 59.1 Na: 2943.3	Kcal: 2230 W: 296.5 / B: 98.1 T: 75.9 Tł. nasycone: 25.6 Cukry ogółem: 63.9 Na: 4121.7	Kcal: 2414 W: 302.9 / B: 118.1 T: 84.5 Tł. nasycone: 29.7 Cukry ogółem: 66.4 Na: 4504.1

Wtorek 03.06.25	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 (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30 (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z zielonego groszku i bazylii – 50g Ser Żółty-40g (mleko) Papryka świeża -70g Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham –100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z zielonego groszku i bazylii - 50g Ser Żółty-40g (mleko) Papryka świeża -70g Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30 (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z zielonego groszku i bazylii -50g Serek bieluch-40g (mleko) Papryka świeża -70g Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c -250ml Zacierka na mleku b/l-300ml (mleko, gluten, jaja) Chleb pszenny– 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Wędlina drobiowa-40g Serek bieluch-40g (mleko) Pomidor -80g Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c -250ml Zacierka na mleku b/l-300ml (mleko, gluten, jaja) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Wędlina drobiowa-60g Serek bieluch-60g (mleko) Pomidor -80g Sałata lodowa-30g
Obiad	Kompot owocowy - 250ml Zupa jarzynowa z ziemniakami – 400ml (mleko, seler) Filet z kurczaka w sosie z pieczonej papryki-100+50g Talarki ziemniaczane -200g Surówka z ogórków kiszonych –150g	Kompot owocowy - 250ml Zupa jarzynowa z ziemniakami -400ml (mleko, seler) Filet z kurczaka w sosie z pieczonej papryki- 100g+ 50g sos Talarki ziemniaczane -200g Surówka z ogórków kiszonych – 150g	Kompot owocowy - 250ml Zupa jarzynowa z ziemniakami -400ml (mleko, seler) Filet z kurczaka w sosie z pieczonej papryki- 100g+ 50g Talarki ziemniaczane -200g Surówka z ogórków kiszonych – 150g	Kompot owocowy - 250ml Zupa jarzynowa z ziemniakami (dieta) - 400ml (mleko, seler) Filet z kurczaka w sosie koperkowym- 100g+ 50g sos Ziemniaki gotowane -200g Marchewka gotowana – 150g	Kompot owocowy - 250ml Zupa jarzynowa z ziemniakami (dieta) - 400ml (mleko, seler) Filet z kurczaka w sosie koperkowym- 150g+ 50g sos 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 Paprykarz szczeciński -70g (ryba, seler) Serek bieluch-30g (mleko) Mix sałat-20g Pomidor-80g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Paprykarz szczeciński -70g (ryba, seler) Serek bieluch-30g (mleko) Mix sałat-20g Pomidor-80g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Paprykarz z dorsza pieczonego –70g (ryba, seler) Serek bieluch-30g (mleko) (ryba, seler) Mix sałat-20g Pomidor-80g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło-10g (mleko) Paprykarz z dorsza pieczonego -70g (ryba, seler) Serek bieluch-30g (mleko) Mix sałat-20g Pomidor-80g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło-10g (mleko) Paprykarz z dorsza pieczonego -70g (ryba, seler) Serek bieluch-60g (mleko) Mix sałat-20g Pomidor-80g
Posilek dodatkowy	Sante fit- ciasteczko zbożowe b/c- 50g (gluten, mleko)	Sante fit- ciasteczko zbożowe b/c- 50g (gluten, mleko)	Sante fit- ciasteczko zbożowe b/c- 50g (gluten, mleko)	Mus owocowy- 120g	Mus owocowy- 120g
Wartości odżywcze	Kcal: 2046 W: 284.0 / B: 89.0 T: 69.2 Tł. nasycone: 13.8 Cukry ogółem: 40.5 Na: 4009.1	Kcal: 2018 W: 284.0 / B: 88.1 T: 68.1 Tł. nasycone: 13.4 Cukry ogółem: 36.5 Na: 3968.5	Kcal: 2038 W: 291.6 / B: 81.7 T: 68.4 Tł. nasycone: 13.8 Cukry ogółem: 42.8 Na: 3599.5	Kcal: 2222 W: 268.2 / B: 96.9 T: 86.6 Tł. nasycone: 37.1 Cukry ogółem: 51.4 Na: 2219.2	Kcal: 2377 W: 270.2 / B: 118.8 T: 92.6 Tł. nasycone: 40.3 Cukry ogółem: 53.4 Na: 2432.8

Środa 04.06.25	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-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Paszтет drobiowy-40g (gluten, jaja, mleko) Mini serek almette-30g (mleko) Pomidor-80g Mix sałat-20g	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Paszтет drobiowy-40g (gluten, jaja, mleko) Mini serek almette-30g (mleko) Pomidor-80g Mix sałat-20g	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Wędlina z kurczaka-40g Mini serek almette-30g (mleko) Pomidor-80g Mix sałat-20g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza manna na mleku b/l-300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Wędlina z kurczaka-40g Mini serek almette-30g (mleko) Pomidor-80g Mix sałat-20g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza manna na mleku b/l-300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Wędlina z kurczaka-60g Mini serek almette-30g (mleko) Pomidor-80g Mix sałat-20g
Obiad	Kompot owocowy - 250ml Krupnik z mięsem i ziemniakami- 400ml (seler, gluten) Makaron razowy 200g (gluten, jaja) Sos boloński z mięsem drobiowym (dieta)– 200ml Mix warzyw gotowanych – 150g	Kompot owocowy - 250ml Krupnik z mięsem i ziemniakami- 400ml (seler, gluten) Makaron razowy 200g (gluten, jaja) Sos boloński z mięsem drobiowym (dieta)– 200ml Mix warzyw gotowanych – 150g	Kompot owocowy - 250ml Krupnik z mięsem i ziemniakami- 400ml (seler, gluten) Makaron razowy 200g (gluten, jaja) Sos boloński z mięsem drobiowym (dieta)– 200ml Mix warzyw gotowanych – 150g	Kompot owocowy - 250ml Zupa grysikowa z włoszczyzną – 400ml (gluten, seler) Makaron pszenny-200g (gluten, jaja) Sos boloński z mięsem drobiowym (dieta)– 200ml Warzywa po grecku-150g	Kompot owocowy - 250ml Zupa grysikowa z włoszczyzną – 400ml (gluten, seler) Makaron pszenny-200g (gluten, jaja) Sos boloński z mięsem drobiowym. (dieta)– 250ml Warzywa po grecku-150g
Kolacja	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham-70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Sałatka warzywna z mozzarellą w sosie vinegret-100g (mix sałat, pomidorki kok., ogórek świeży, mozzarella) (mleko) Szynka wuja Jana -40g (soja)	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Sałatka warzywna z mozzarellą w sosie vinegret-100g (mix sałat, pomidorki kok., ogórek świeży, mozzarella) (mleko) Szynka wuja Jana -40g (soja)	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham-70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Sałatka warzywna z mozzarellą w sosie vinegret-100g (mix sałat, pomidorki kok., ogórek świeży, mozzarella) (mleko) Szynka wuja Jana -40g (soja)	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny-100g (gluten) Masło-10g (mleko) Sałatka warzywna z mozzarellą i pomidorkami w sosie jogurtowo-miodowym-100g (mix sałat, pomidorki kok, mozzarella) (mleko) Wędlina z indyka-40g (soja)	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny-100g (gluten) Masło-10g (mleko) Sałatka warzywna z mozzarellą i pomidorkami w sosie jogurtowo-miodowym-100g (mix sałat, pomidorki kok, mozzarella) (mleko) Wędlina z indyka-60g (soja)
Posiłek dodatkowy	Serek wiejski-200g (mleko)	Serek wiejski-200g (mleko) Pieczywo „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g)	Serek wiejski-200g (mleko)	Serek wiejski -200g (mleko)	Serek wiejski -200g (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2141 W: 267.1 / B: 116.0 T: 72.3 Tł. nasycone: 22.2 Cukry ogółem: 42.7 Na: 3448.6	Kcal: 2139 W: 278.7 / B: 115.4 T: 70.2 Tł. nasycone: 21.4 Cukry ogółem: 34.7 Na: 3367.4	Kcal: 1880 W: 239.3 / B: 114.5 T: 56.7 Tł. nasycone: 17.1 Cukry ogółem: 36.7 Na: 3195.5	Kcal: 2056 W: 264.6 / B: 111.8 T: 62.6 Tł. nasycone: 26.6 Cukry ogółem: 59.6 Na: 3647.4	Kcal: 2156 W: 265.1 / B: 127.1 T: 66.3 Tł. nasycone: 27.6 Cukry ogółem: 60.3 Na: 4041.6

Czwartek 05.06.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta o kontrolowanej zawartości kw. 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. 10 g Polędwica sopocka 40 g (soja) Pasta z twarogu z susz. Pomidorami 50 g (mleko) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Margaryna 60 % tł. 10 g Polędwica sopocka 40 g (soja) Pasta z twarogu z susz. Pomidorami 50 g (mleko) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham-70g (sezam, gluten) Chleb pszenny- 30g (gluten) Margaryna 60 % tł. 10 g Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Pasta z twarogu z susz. Pomidorami 50 g (mleko) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku b/l- 300 ml (mleko) Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny– 100g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (mleko) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku b/l- 300 ml (mleko) Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (mleko) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250 ml Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (seler, mleko) Grillowany filec z kurczaka zapiekany z suszonymi pomidorami i mozzarellą 120 g (mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z selera i marchwi 150 g (seler, mleko)	Kompot owocowy b/c 250 ml Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (seler, mleko) Grillowany filec z kurczaka zapiekany z suszonymi pomidorami i mozzarellą 120 g (mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z selera i marchwi 150 g (seler, mleko)	Kompot owocowy b/c 250 ml Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (seler, mleko) Grillowany filec z kurczaka zapiekany z suszonymi pomidorami i mozzarellą 120 g (mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z selera i marchwi 150 g (seler, mleko)	Kompot owocowy b/c 250 ml Szpinakowa z ziemniakami (dieta) 400 ml (seler, mleko) Filec z kurczaka w sosie marchewkowo – dyniowym 100g/60 ml (mleko, seler) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Cukinia pieczona w ziołach prowansalskich 150 g	Kompot owocowy b/c 250 ml Szpinakowa z ziemniakami (dieta) 400 ml (seler, mleko) Filec z kurczaka w sosie marchewkowo – dyniowym 150g/60 ml (mleko, seler) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Cukinia pieczona w ziołach prowansalskich 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 Tofu w sosie sojowym z sezamem 50 g (soja) Wędlina z indyka 30 g (soja) Sałata rzymska 20 g Ogórek świeży 80 g	Herbata owocowa b/c 250 ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60 % tł. 10 g Tofu w sosie sojowym z sezamem 50 g (soja) Wędlina z indyka 30 g (soja) Sałata rzymska 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata owocowa b/c 250 ml	Herbata owocowa b/c 250 ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60 % tł. 10 g Tofu w sosie sojowym z sezamem 50 g (soja) Wędlina z indyka 30 g (soja) Sałata rzymska 20 g Ogórek świeży 80 g	Herbata owocowa b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Tofu naturalne w ziołach-50g (soja) Wędlina z indyka 30 g (soja) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Tofu naturalne w ziołach-50g (soja) Wędlina z indyka 60 g (soja) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g
Posiłek dodatkowy	Pieczyno „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) + serek almette 1 op. 30 g (mleko)	Pieczyno „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) + serek almette 1 op. 30 g (mleko)	Pieczyno „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) + serek almette 1 op. 30 g (mleko)	Pieczyno „Sanko” kukurydżane + 3 kromki (gluten) (15g) + serek almette b/l 1 op. 30 g (mleko)	Pieczyno „Sanko” kukurydżane + 3 kromki (gluten) (15g) + serek almette b/l 1 op. 30 g (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 1931 W: 229.1 / B: 91.3 T: 78.0 Tł. nasycone: 18.0 Cukry ogółem: 27.2 Na: 3657.1	Kcal: 1903 W: 229.1 / B: 90.4 T: 76.9 Tł. nasycone: 17.6 Cukry ogółem: 23.2 Na: 3616.5	Kcal: 1931 W: 229.1 / B: 91.3 T: 78.0 Tł. nasycone: 18.0 Cukry ogółem: 27.2 Na: 3657.1	Kcal: 2073 W: 259.1 / B: 102.8 T: 73.1 Tł. nasycone: 4.9 Cukry ogółem: 43.0 Na: 3367.6	Kcal: 2171 W: 263.7 / B: 115.6 T: 76.2 Tł. nasycone: 25.2 Cukry ogółem: 44.1 Na: 3753.8

piątek 06.06.25	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-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z jaj z koperkiem -50g (jaja, mleko) Ser mozzarella -40g (mleko) Ogórek świeży b/s -70g Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z jaj z koperkiem -50g (jaja, mleko) Ser mozzarella -40g (mleko) Ogórek świeży b/s -70g Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c-250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z białek z koperkiem -50g (jaja, mleko) Ser mozzarella -40g (mleko) Ogórek świeży b/s -70g Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c -250ml Płatki pszenne na mleku b/l-300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka-100g (gluten) Masło- 10g (mleko) Pasta z jaj z koperkiem -50g (jaja, mleko) Ser mozzarella -40g (mleko) Pomidor-80g Sałata lodowa-30g	Herbata czarna b/c -250ml Płatki pszenne na mleku b/l-300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka-100g (gluten) Masło- 10g (mleko) Pasta z jaj z koperkiem -50g (jaja, mleko) Ser mozzarella -60g (mleko) Pomidor-80g Sałata lodowa-30g
Obiad	Kompot owocowy - 250ml Zupa pomidorowa z ryżem-400ml (seler, mleko) Miruna panierowana w panko-130g (jaja, gluten, ryba) Ziemniaki gotowane z kop.-200g Surówka z kapusty kiszzonej-150g	Kompot owocowy - 250ml Zupa pomidorowa z ryżem-400ml (seler, mleko) Miruna zapiekana w warzywach- 130g (ryba,seler) Ziemniaki gotowane z kop.-200g Surówka z kapusty kiszzonej-150g	Kompot owocowy - 250ml Zupa pomidorowa z ryżem-400ml (seler, mleko) Miruna zapiekana w warzywach- 130g (ryba,seler) Ziemniaki gotowane z kop.-200g Surówka z kapusty kiszzonej-150g	Kompot owocowy - 250ml Zupa pomidorowa z ryżem (dieta) (seler, mleko) Miruna zapiekana w warzywach-130g (ryba, seler) Ziemniaki gotowane-200g Dynia pieczona w ziołach-150g	Kompot owocowy - 250ml Zupa pomidorowa z ryżem (dieta) (seler, mleko) Miruna zapiekana w warzywach-180g (ryba, seler) Ziemniaki gotowane-200g Dynia pieczona w ziołach-150g
Kolacja	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten,sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z twarogu z koperkiem-50g (mleko) Smalczyk z fasoli-40g Pomidor-80g Sałata rzymska-30g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Pasta z twarogu z koperkiem-50g (mleko) Smalczyk z fasoli-40g Pomidor-80g Sałata rzymska-30g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten,sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z twarogu z koperkiem-50g (mleko) Smalczyk z fasoli-40g Pomidor-80g Sałata rzymska-30g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (masło) Pasta z twarogu z koperkiem-50g (mleko) Pasa z włoszczyzny z koncentratem pomidorowym-40g (seler) Pomidor-80g Sałata rzymska-30g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z twarogu z koperkiem-70g (mleko) Pasa z włoszczyzny z koncentratem pomidorowym-40g (seler) Pomidor-80g Sałata rzymska-30g
Posiłek dodatkowy	Chlebek bananowy ze słodzikiem-100g (gluten, jaja, mleko)	Chlebek bananowy ze słodzikiem-50g (gluten, jaja, mleko) Jogurt naturalny-150 ml (mleko)	Chlebek bananowy ze słodzikiem-100g (gluten, jaja, mleko)	Biszkopty-50g (gluten, jaja, mleko) Jogurt naturalny-150 ml (mleko)	Biszkopty-50g (gluten, jaja, mleko) Jogurt naturalny-150 ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2075 W: 287.0 / B: 95.9 T: 65.4 Tł. nasycone: 14.8 Cukry ogółem: 47.4 Na: 2727.6	Kcal: 2138 W: 276.0 / B: 94.6 T: 79.1 Tł. nasycone: 23.9 Cukry ogółem: 49.4 Na: 2843.0	Kcal: 2036 W: 283.3 / B: 89.8 T: 65.2 Tł. nasycone: 15.5 Cukry ogółem: 48.6 Na: 2807.5	Kcal: 2318 W: 313.0 / B: 102.3 T: 77.0 Tł. nasycone: 30.3 Cukry ogółem: 76.1 Na: 2728.5	Kcal: 2461 W: 315.7 / B: 123.5 T: 82.2 Tł. nasycone: 32.8 Cukry ogółem: 76.4 Na: 2945.6

Sobota 07.06.25	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-60g (sezam, gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Sałatka z makaronu razowego z szynką, serem i warzywami -200g(mleko, soja, gluten, jaja) Rukola-10g	Herbata czarna b/c-250mm Chleb graham – 60g (gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Sałatka z makaronu razowego z szynką, serem i warzywami -200g (mleko, soja, gluten, jaja) Rukola-10g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham-60g (sezam, gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Sałatka z makaronu razowego z szynką, serem i warzywami -200g(mleko, soja, gluten, jaja) Rukola-10g	Herbata czarna b/c-250ml Kasza manna na mleku b/l -300ml (gluten, mleko) Chleb pszenny -60g (gluten) Masło- 10g (mleko) Sałatka z makaronu pszennego z szynką, mozzarellą i pomidorkami -200g (mleko, soja, gluten, jaja) Mix sałat-20g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza manna na mleku b/l -300ml (gluten, mleko) Chleb pszenny -60g (gluten) Masło- 10g (mleko) Sałatka z makaronu pszennego z szynką, mozzarellą i pomidorkami - 200g (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- 250g Ryż biały-200g
Kolacja	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny- 70(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- 70(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 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-70g (mleko) Pomidor-80g Mix sałat -20g
P. dodatkowy	Kefir-200ml (mleko)	Kefir-200ml (mleko) Pieczywo „Sanko” 7 ziaren-15g (gluten)	Kefir-200ml (mleko)	Kefir-200ml (mleko)	Kefir-200ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2117 W: 303.4 / B: 82.3 T: 68.9 Tł. nasycone: 22.1 Cukry ogółem: 62.7 Na: 2466.6	Kcal: 2041 W: 295.2 / B: 79.2 T: 66.7 Tł. nasycone: 21.4 Cukry ogółem: 57.0 Na: 2235.8	Kcal: 2015 W: 283.6 / B: 78.9 T: 67.7 Tł. nasycone: 21.8 Cukry ogółem: 61.0 Na: 2276.4	Kcal: 2030 W: 268.6 / B: 88.4 T: 68.3 Tł. nasycone: 34.5 Cukry ogółem: 60.0 Na: 2188.7	Kcal: 2154 W: 278.8 / B: 98.7 T: 73.2 Tł. nasycone: 37.3 Cukry ogółem: 63.1 Na: 2297.0

Niedziela 08.06.25	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 Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym- 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 Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym- 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 Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym- 50g (jajko, mleko) Szynka góralska-40g (soja) Pomidor- 80g Mix sałat- 20g	Herbata czarna b/c -250ml Zacierka na mleku b/l-300ml (mleko, gluten) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym - 50g (jajko, mleko) Wędlina z kurczaka-40g Pomidor- 80g Mix sałat- 20g	Herbata czarna b/c -250ml Zacierka na mleku b/l-300ml (mleko, gluten) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym - 100g (jajko, mleko) Wędlina z kurczaka-40g 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/c250ml 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/c250ml 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/c250ml 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/c250ml Chleb pszenny-100g (gluten) Masło -10g (mleko) Pasta twarogowa z dorszem pieczonym i koperkiem -110g (mleko, ryba) Sałata rzymska-30g Pomidor-80g
Posiłek dodatkowy	Fit ciasteczko zbożowe – 50g (gluten, mleko)	Fit ciasteczko zbożowe – 50g (gluten, mleko) Jogurt naturalny-150ml (mleko)	Fit ciasteczko zbożowe – 50g (gluten, mleko)	Biszkopty-50g (mleko, gluten, jaja) Jogurt naturalny-150ml (mleko)	Biszkopty-50g (mleko, gluten, jaja) Jogurt naturalny-150ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2013 W: 242.7 / B: 101.3 T: 75.1 Tł. nasycone: 26.0 Cukry ogółem: 38.5 Na: 3616.9	Kcal: 1924 W: 232.8 / B: 101.6 T: 71.8 Tł. nasycone: 23.7 Cukry ogółem: 35.9 Na: 3514.7	Kcal: 2013 W: 242.7 / B: 101.3 T: 75.1 Tł. nasycone: 26.0 Cukry ogółem: 38.5 Na: 3616.9	Kcal: 2103 W: 267.7 / B: 112.9 T: 65.9 Tł. nasycone: 29.7 Cukry ogółem: 66.3 Na: 2617.7	Kcal: 2226 W: 268.3 / B: 125.9 T: 73.3 Tł. nasycone: 32.1 Cukry ogółem: 66.5 Na: 2721.2