

Poniedziałek 09.06.25	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. wydź. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c 250ml Bułka graham 100 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Pasta z zielonego groszku z bazylią 50 g Ser żółty 40 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Papryka konserwowa 80 g	Herbata czarna b/c 250ml Bułka graham 100 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Pasta z zielonego groszku z bazylią 50 g Ser żółty 40 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Papryka konserwowa 80 g	Herbata czarna b/c 250ml Bułka graham 100 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Pasta z zielonego groszku z bazylią 50 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Papryka konserwowa 80 g	Herbata czarna b/c 250ml Kasza manna na mleku b/l 300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Pasta z włoszczyzny z koncentratem pomidorowym 50 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c 250ml Kasza manna na mleku b/l 300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Pasta z włoszczyzny z koncentratem pomidorowym 50 g Serek homogenizowany naturalny 100 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250ml Krupnik z ziemniakami i mięsem drobiowym 400 ml (gluten, seler) Ryż brązowy zapiekany z jabłkami i cynamonem 400g Sos jogurtowo – truskawkowy z dodatkiem słodzika 100 ml (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Krupnik z ziemniakami i mięsem drobiowym 400 ml (gluten, seler) Ryż brązowy zapiekany z jabłkami i cynamonem 400g Sos jogurtowo – truskawkowy z dodatkiem słodzika 100 ml (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Krupnik z ziemniakami i mięsem drobiowym 400 ml (gluten, seler) Ryż brązowy zapiekany z j. jabłkami i cynamonem 400g Sos jogurtowo – truskawkowy z dodatkiem słodzika 100 ml (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Krupnik z kaszy jaglanej i mięsem drobiowym 400 ml (seler) Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 400g Sos jogurtowo – truskawkowy z cukrem 100 ml (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Krupnik z kaszy jaglanej i mięsem drobiowym 400 ml (seler) Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 400g Sos jogurtowo – truskawkowy z cukrem 150 ml (mleko)
Kolacja	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Paszтет z selera 70 g (jaja, gluten, seler) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł 10 g Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Paszтет z selera 70 g (jaja, gluten, seler) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Paszтет z selera 70 g (jaja, gluten, seler) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Paszтет z selera 70 g (jaja, gluten, seler) Marchew pieczona z tymiankiem 100 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Wędlina z kurczaka 60 g (soja) Paszтет z selera 70 g (jaja, gluten, seler) Marchew pieczona z tymiankiem 100 g
Posiłek dodatkowy	Fit ciasteczko zbożowe b/c 50 g (gluten, mleko)	Fit ciasteczko zbożowe b/c 50 g (gluten, mleko)	Fit ciasteczko zbożowe b/c 50 g (gluten, mleko)	Serek wiejski 200 g (mleko)	Serek wiejski 200 g (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2145/ W: 321.9 / B: 82.0 / T: 67.4/ Tł. nasycone: 21.5 / Cukry ogółem: 63.0/ Na: 3137.9	Kcal: 2133/ W: 321.9 / B: 81.6 / T: 66.9 /Tł. nasycone: 21.3 / Cukry ogółem: 61.3/ Na: 3120.5	Kcal: 2044/ W: 330.2 / B: 73.1/ T: 56.5/ Tł. nasycone: 15.1 / Cukry ogółem: 71.9/ Na: 3110.6	Kcal: 2363/ W: 343.6 / B: 101.3 / T: 70.2/ Tł. nasycone: 30.6 / Cukry ogółem: 106.2/ Na: 3100.3	Kcal: 2448/ W: 341.0 / B: 112.1/ T: 76.0/ Tł. nasycone: 34.1 / Cukry ogółem: 121.5/ Na: 3403.2

Wtorek 10.06.25	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 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Szynka Wuja Jana 40 g (soja) Pasta z twarogu z suszonymi pomidorami 40 g (mleko) Rzodkiewka plastry 30 g Pomidor 70 g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł. 10 g Szynka Wuja Jana 40 g (soja) Pasta z twarogu z suszonymi pomidorami 40 g (mleko) Rzodkiewka plastry 30 g Pomidor 70 g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Wędlina z indyka 40 g (soja) Pasta z twarogu z suszonymi pomidorami 40 g (mleko) Rzodkiewka plastry 30 g Pomidor 70 g	Herbata czarna b/c 250ml Kasza kukurydziana na mleku b/l 300ml (mleko) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Wędlina z indyka 40 g (soja) Pasta twarogowa z ziołami 40 g (mleko) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c 250ml Kasza kukurydziana na mleku b/l 300ml (mleko) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Wędlina z indyka 40 g (soja) Pasta twarogowa z ziołami 70 g (mleko) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250ml Ogórkowa z ryżem 400 ml (seler, mleko) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 70 ml (mleko, gluten) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z selera i marchwi 150 g (seler, mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Ogórkowa z ryżem 400 ml (seler, mleko) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 70 ml (mleko, gluten) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z selera i marchwi 150 g (seler, mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Ogórkowa z ryżem 400 ml (seler, mleko) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 70 ml (mleko, gluten) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z selera i marchwi 150 g (seler, mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Ryżowa 400 ml (seler, mleko) Filet z kurczaka na parze 100 g Sos pietruszkowy 70 ml (mleko, gluten) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Włoszczyzna gotowana 150 g (seler)	Kompot owocowy b/c 250ml Ryżowa 400 ml (seler, mleko) Filet z kurczaka na parze 150 g Sos pietruszkowy 70 ml (mleko, gluten) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Włoszczyzna gotowana 150 g (seler)
Kolacja	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Jajko w sosie tatarskim na bazie jogurtu naturalnego 2 szt (100 g)/ 50 g (mleko, jaja) Sałata rzymska 20 g Ogórek świeży 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł 10 g Jajko w sosie tatarskim na bazie jogurtu naturalnego 2 szt (100 g)/ 50 g (mleko, jaja) Sałata rzymska 20 g Ogórek świeży 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Jajko w sosie tatarskim na bazie jogurtu naturalnego 1 szt (50 g)/ 25 g (mleko, jaja) Sałata rzymska 20 g Ogórek świeży 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Jajko gotowane 1 szt (50 g) (jaja) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Wędlina z kurczaka 60 g (soja) Jajko gotowane 1 szt (50 g) (jaja) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g
Posiłek dodatkowy	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g Jogurt naturalny 150 g (mleko)	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko pieczone 150 g
Wartości odżywcze	Kcal: 2051/ W: 266.5 / B: 92.1 / T: 76.0/ Tł. nasycone: 18.1 / Cukry ogółem: 51.6/ Na: 4489.6	Kcal: 2119/ W: 273.5 / B: 96.5 / T: 79.9 /Tł. nasycone: 20.8 / Cukry ogółem: 55.2/Na: 4523.8	Kcal: 1950/ W: 261.8 / B: 93.2 / T: 66.7 /Tł. nasycone: 15.3 / Cukry ogółem: 51.7/ Na: 4503.9	Kcal: 2020/ W: 275.9 / B: 104.9 / T: 58.9 /Tł. nasycone: 22.7 / Cukry ogółem: 65.8/ Na: 3640.8	Kcal: 2142/ W: 277.3 / B: 126.1 / T: 62.0/ Tł. nasycone: 23.9 / Cukry ogółem: 66.0/ Na: 3865.4

Środa 11.06.25	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 100 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Hummus 40 g (sezam) Wędlina z indyka 40 g (soja) Roszponka 10 g Ogórek kiszony 90 g	Herbata czarna b/c 250ml Bułka graham 100 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Hummus 40 g (sezam) Wędlina z indyka 40 g (soja) Roszponka 10 g Ogórek kiszony 90 g	Herbata czarna b/c 250ml Bułka graham 100 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Hummus 40 g (sezam) Wędlina z indyka 40 g (soja) Roszponka 10 g Ogórek kiszony 90 g	Herbata czarna b/c 250ml Płatki owsiane na mleku b/l 300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Serek homogenizowany naturalny 50 g (mleko) Wędlina z indyka 40 g (soja) Roszponka 10 g Pasta z marchewki i selera 90 g	Herbata czarna b/c 250ml Płatki owsiane na mleku b/l 300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Serek homogenizowany naturalny 100 g (mleko) Wędlina z indyka 60 g (soja) Roszponka 10 g Pasta z marchewki i selera 90 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250ml Żurek z ziemniakami 400 ml (gluten, seler, mleko) Naleśniki ze szpinakiem i fetą 300 g (jaja, gluten, mleko) Sos pomidorowy 100 ml (mleko) Mix warzyw w sosie vinegret 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Żurek z ziemniakami 400 ml (gluten, seler, mleko) Naleśniki ze szpinakiem i fetą 300 g (jaja, gluten, mleko) Sos pomidorowy 100 ml (mleko) Mix warzyw w sosie vinegret 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Żurek z ziemniakami 400 ml (gluten, seler, mleko) Naleśniki ze szpinakiem i fetą 300 g (jaja, gluten, mleko) Sos pomidorowy 100 ml (mleko) Mix warzyw w sosie vinegret 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Ziemniaczana 400 ml (seler, mleko) Pierogi leniwe z masłem 350 g (jaja, gluten, mleko) Banan 1 szt	Kompot owocowy b/c 250ml Ziemniaczana 400 ml (seler, mleko) Pierogi leniwe z masłem 400 g (jaja, gluten, mleko) Banan 1 szt
Kolacja	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Pasta z twarogu i rzodkiewki 90 g (mleko) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł 10 g Pasta z twarogu i rzodkiewki 90 g (mleko) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Pasta z twarogu i rzodkiewki 90 g (mleko) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Pasta z twarogu z koperkiem 90 g (mleko) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Pasta z twarogu z koperkiem 120 g (mleko) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g
Posiłek dodatkowy	Kefir 150 ml (mleko)	Kefir 150 ml (mleko) Pieczywo `Sanko` 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (21 g)	Kefir 150 ml (mleko)	Kefir 150 ml (mleko)	Kefir 150 ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2014/W: 263.5 / B: 89.3 / T: 76.2 /Tł. nasycone: 23.0 / Cukry ogółem: 36.7 /Na: 5790.9	Kcal: 2056 /W: 275.1 / B: 90.1 / T: 75.8 /Tł. nasycone: 22.8 / Cukry ogółem: 35.0/ Na: 5773.5	Kcal: 2011/ W: 263.6 / B: 91.9 / T: 74.8 /Tł. nasycone: 21.9 / Cukry ogółem: 35.7 /Na: 5936.8	Kcal: 2181/ W: 318.6 / B: 93.8 / T: 63.7 /Tł. nasycone: 28.8 / Cukry ogółem: 74.4/ Na: 2276.8	Kcal: 2366/ W: 325.7 / B: 115.6 / T: 71.1 /Tł. nasycone: 33.3 / Cukry ogółem: 88.0 /Na: 2646.9

Czwartek 12.06.25	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. wydź. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Paszтет z cukinii 70 g (jaja, gluten) Serek Bieluch 50 g (mleko) Mix sałat 20 g Papryka świeża 80 g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł. 10 g Paszтет z cukinii 70 g (jaja, gluten) Serek Bieluch 50 g (mleko) Mix sałat 20 g Papryka świeża 80 g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Paszтет z cukinii 70 g (jaja, gluten) Serek Bieluch 50 g (mleko) Mix sałat 20 g Papryka świeża 80 g	Herbata czarna b/c 250ml Ryż na mleku b/l 300ml (mleko) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Paszтет z cukinii 70 g (jaja, gluten) Serek Bieluch 50 g (mleko) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c 250ml Ryż na mleku b/l 300ml (mleko) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Paszтет z cukinii 70 g (jaja, gluten) Serek Bieluch 100 g (mleko) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250ml Brokułowa z makaronem 400ml (gluten, seler, jaja mleko) Kotlet mielony wp 100 g (jaja, gluten, mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Sałatka z buraczków, marchewki i ogórka kiszzonego 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Brokułowa z makaronem 400ml (gluten, seler, jaja mleko) Klops gotowany dr 100 g (jaja, gluten, mleko) Sos własny 70 ml (gluten) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Sałatka z buraczków, marchewki i ogórka kiszzonego 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Brokułowa z makaronem 400ml (gluten, seler, jaja mleko) Klops gotowany dr 100 g (jaja, gluten, mleko) Sos własny 70 ml (gluten) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Sałatka z buraczków, marchewki i ogórka kiszzonego 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Jarzynowa z makaronem dieta 400ml (gluten, seler, jaja mleko) Klops gotowany dr 100 g (jaja, gluten, mleko) Sos własny 70 ml (gluten) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Marchew oprószana 150 g (gluten)	Kompot owocowy b/c 250ml Jarzynowa z makaronem dieta 400ml (gluten, seler, jaja mleko) Klops gotowany dr 150 g (jaja, gluten, mleko) Sos własny 70 ml (gluten) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Marchew oprószana 150 g (gluten)
Kolacja	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Wędlina z indyka 30 g (soja) Sałatka warzywna z mozzarellą mini z vinegret 100 g (roszponka, ogórek świeży, pomidorki koktajlowe) (mleko)	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł 10 g Wędlina z indyka 30 g (soja) Sałatka warzywna z mozzarellą mini z vinegret 100 g (roszponka, ogórek świeży, pomidorki koktajlowe) (mleko)	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Wędlina z indyka 30 g (soja) Sałatka warzywna z mozzarellą mini z vinegret 100 g (roszponka, ogórek świeży, pomidorki koktajlowe) (mleko)	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Wędlina z indyka 30 g (soja) Sałatka warzywna z mozzarellą i pomidorkami w sosie jogurtowo-miodowym 100g (mix sałat, pomidorki kok, mozzarella) (mleko)	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Wędlina z indyka 50 g (soja) Sałatka warzywna z mozzarellą i pomidorkami w sosie jogurtowo-miodowym 100g (mix sałat, pomidorki kok, mozzarella) (mleko)
Posiłek dodatkowy	Banan 1 szt	Kanapka z grahama (60 g) z twarożkiem 30 g, sałatą lodową (20 g) i ogórkiem konserwowym (20 g) (mleko, gluten, sezam)	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt
Wartości odżywcze	Kcal: 2111/ W: 283.4 / B: 90.0 / T: 76.9 / Tł. nasycone: 22.1 / Cukry ogółem: 51.8/ Na: 3028.4	Kcal: 2037/ W: 288.0 / B: 99.1 / T: 64.0 / Tł. nasycone: 16.7 / Cukry ogółem: 35.8/ Na: 3814.2	Kcal: 1965/ W: 286.7 / B: 91.2 / T: 59.2 / Tł. nasycone: 15.6 / Cukry ogółem: 53.5/ Na: 3566.0	Kcal: 2299/ W: 318.8 / B: 95.8/ T: 75.8/ Tł. nasycone: 30.1 / Cukry ogółem: 68.2 / Na: 3695.3	Kcal: 2410/ W: 294.7 / B: 119.9 / T: 88.2 / Tł. nasycone: 35.5 / Cukry ogółem: 72.6/ Na: 4058.7

Piątek 13.06.25	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 100 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Pasta ze słonecznika i pieczonej papryki 50 g Mozzarella light 40 g (mleko) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g	Herbata czarna b/c 250ml Bułka graham 100 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Pasta ze słonecznika i pieczonej papryki 50 g Mozzarella light 40 g (mleko) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g	Herbata czarna b/c 250ml Bułka graham 100 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Pasta ze słonecznika i pieczonej papryki 50 g Mozzarella light 40 g (mleko) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g	Herbata czarna b/c 250ml Makaron na mleku b/l 300ml (mleko, jaja, gluten) Bułka kajzerka 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Pasta z marchewki i selera 50 g (seler) Mozzarella light 40 g (mleko) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g	Herbata czarna b/c 250ml Makaron na mleku b/l 300ml (mleko, jaja, gluten) Bułka kajzerka 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Pasta z marchewki i selera 50 g (seler) Mozzarella light 80 g (mleko) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250ml Piecarkowa z zacierką 400ml (gluten, seler, jaja, mleko) Morszczuk gotowany w sosie szpinakowym 100 g/70 ml (ryba, mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z białej kapusty i jabłka 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Piecarkowa z zacierką 400ml (gluten, seler, jaja, mleko) Morszczuk gotowany w sosie szpinakowym 100 g/70 ml (ryba, mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z białej kapusty i jabłka 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Piecarkowa z zacierką 400ml (gluten, seler, jaja, mleko) Morszczuk gotowany w sosie szpinakowym 100 g/70 ml (ryba, mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z białej kapusty i jabłka 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Koperkowa z zacierką 400ml (gluten, seler, jaja, mleko) Morszczuk gotowany w sosie szpinakowym 100 g/70 ml (ryba, mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Dynia pieczona w ziołach 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Koperkowa z zacierką 400ml (gluten, seler, jaja, mleko) Morszczuk gotowany w sosie szpinakowym 150 g/70 ml (ryba, mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Dynia pieczona w ziołach 150 g
Kolacja	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Śledzik w jogurcie z jabłkiem 100 g (ryba, mleko) Jajko gotowane 1 szt (50 g) (jaja) Mix sałat 20 g Ogórek świeży 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł 10 g Śledzik w jogurcie z jabłkiem 100 g (ryba, mleko) Jajko gotowane 1 szt (50 g) (jaja) Mix sałat 20 g Ogórek świeży 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Ryba po grecku (dorsz) 100 g Jajko gotowane 1 szt (50 g) (jaja) Mix sałat 20 g Ogórek świeży 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Ryba po grecku (dorsz) 100 g Jajko gotowane 1 szt (50 g) (jaja) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Ryba po grecku (dorsz) 130 g Jajko gotowane 1 szt (50 g) (jaja) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g
Posiłek dodatkowy	Chlebek bananowy z słodzikiem 100 g (jaja, mleko, gluten)	Chlebek bananowy z słodzikiem 50 g (jaja, mleko, gluten) Jogurt naturalny 150 g (mleko)	Chlebek bananowy z słodzikiem 100 g (jaja, mleko, gluten)	Podpłomyki 30 g (gluten, mleko) Jogurt naturalny b/l 150 g (mleko)	Podpłomyki 30 g (gluten, mleko) Jogurt naturalny b/l 150 g (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2217/ W: 267.7 / B: 96.3 / T: 93.3/ Tł. nasycone: 21.2 / Cukry ogółem: 41.9/ Na: 2609.6	Kcal: 2177/ W: 258.3 / B: 98.4 / T: 92.4 /Tł. nasycone: 23.5 / Cukry ogółem: 44.4/ Na: 2583.4	Kcal: 2269/ W: 294.8 / B: 105.7 / T: 84.3 /Tł. nasycone: 18.4 / Cukry ogółem: 51.5/ Na: 3058.3	Kcal: 2337/ W: 314.2 / B: 103.5 / T: 79.0 /Tł. nasycone: 29.0 / Cukry ogółem: 58.7/ Na: 4013.4	Kcal: 2406/ W: 308.9 / B: 124.9/ T: 79.3/ Tł. nasycone: 31.5 / Cukry ogółem: 58.3/ Na: 4405.0

Sobota 14.06.25	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 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Smalczyk z fasoli 50 g Serek almette 1 op. 30 g (mleko) Rzodkiewka plastry 30 g Ogórek konserwowy 70 g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł. 10 g Smalczyk z fasoli 50 g Serek almette 1 op. 30 g (mleko) Rzodkiewka plastry 30 g Ogórek konserwowy 70 g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Smalczyk z fasoli 50 g Serek almette 1 op. 30 g (mleko) Rzodkiewka plastry 30 g Ogórek konserwowy 70 g	Herbata czarna b/c 250ml Płatki pszenne na mleku b/l 300ml (mleko, gluten) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Serek almette 1 op. 30 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c 250ml Płatki pszenne na mleku b/l 300ml (mleko, gluten) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Wędlina z kurczaka 60 g (soja) Serek almette 1 op. 30 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250ml Kalafiorowa z ziemniakami 400ml (seler, mleko) Potrawka drobiowa 200 g (gluten) Kasza bulgur 200 g (gluten) Surówka colesław 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Kalafiorowa z ziemniakami 400ml (seler, mleko) Potrawka drobiowa 200 g (gluten) Kasza bulgur 200 g (gluten) Surówka colesław 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Kalafiorowa z ziemniakami 400ml (seler, mleko) Potrawka drobiowa 200 g (gluten) Kasza bulgur 200 g (gluten) Surówka colesław 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Ziemniaczana 400ml (seler, mleko) Potrawka drobiowa 200 g (gluten) Kasza kuskus 200 g (gluten) Cukinia duszona z ziołami 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Ziemniaczana 400ml (seler, mleko) Potrawka drobiowa 250 g (gluten) Kasza kuskus 200 g (gluten) Cukinia duszona z ziołami 150 g
Kolacja	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 30 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł 10 g Sałatka z makaronu razowego z szynką, serem i warzywami 200 g (jaja, gluten, mleko, soja) Rukola 10 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 30 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł 10 g Sałatka z makaronu razowego z szynką, serem i warzywami 200 g (jaja, gluten, mleko, soja) Rukola 10 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 30 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł 10 g Sałatka z makaronu razowego z szynką, serem i warzywami 200 g (jaja, gluten, mleko, soja) Rukola 10 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Sałatka z makaronu pszennego z szynką, mozzarellą i pomidorkami 150g (mleko, soja, gluten, jaja) Rozżonka 10 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Sałatka z makaronu pszennego z szynką, mozzarellą i pomidorkami 180g (mleko, soja, gluten, jaja) Rozżonka 10 g
Posiłek dodatkowy	Mus owocowy 120 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g (mleko) Pieczywo `Sanko` 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (21 g)	Mus owocowy 120 g	Mus owocowy 120 g	Mus owocowy 120 g
Wartości odżywcze	Kcal: 2004/ W: 276.6 / B: 77.4/ T: 73.2/ Tł. nasycone: 25.4/ Cukry ogółem: 37.0/ Na: 1945.5	Kcal: 2010/ W: 279.1 / B: 79.7 / T: 72.4 /Tł. nasycone: 27.3 / Cukry ogółem: 61.7/ Na: 2010.9	Kcal: 1939/ W: 287.0 / B: 77.2/ T: 61.3 /Tł. nasycone: 17.6 / Cukry ogółem: 37.7 /Na: 1816.1	Kcal: 2292/ W: 318.6 / B: 95.2 / T: 73.4 /Tł. nasycone: 27.3 / Cukry ogółem: 46.7/ Na: 2624.2	Kcal: 2391/ W: 313.5 / B: 113.5 / T: 77.5/ Tł. nasycone: 29.5/ Cukry ogółem: 49.8/ Na: 2797.1

Niedziela 15.06.25	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 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Kiełbasa krakowska 40 g (gluten) Sałatka jarzynowa 80 g (jaja, mleko, seler) Sałata lodowa 30 g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł. 10 g Kiełbasa krakowska 40 g (gluten) Sałatka jarzynowa 80 g (jaja, mleko, seler) Sałata lodowa 30 g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Wędlina z indyka 40 g (gluten) Sałatka jarzynowa dieta 80 g (jaja, mleko, seler) Sałata lodowa 30 g	Herbata czarna b/c 250ml Płatki owsiane na mleku b/l 300ml (mleko, gluten) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Wędlina z indyka 40 g (gluten) Sałatka jarzynowa dieta 80 g (jaja, mleko, seler) Sałata lodowa 30 g	Herbata czarna b/c 250ml Płatki owsiane na mleku b/l 300ml (mleko, gluten) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Wędlina z indyka 60 g (gluten) Sałatka jarzynowa dieta 80 g (jaja, mleko, seler) Sałata lodowa 30 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250ml Rosół z makaronem 400 ml (jaja, gluten, seler) Klopsiki drobiowe w sosie warzywnym 100 g/70 ml (jaja, gluten, seler) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z pora, marchwi i jabłka 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Rosół z makaronem 400 ml (jaja, gluten, seler) Klopsiki drobiowe w sosie warzywnym 100 g/70 ml (jaja, gluten, seler) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z pora, marchwi i jabłka 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Rosół z makaronem 400 ml (jaja, gluten, seler) Klopsiki drobiowe w sosie warzywnym 100 g/70 ml (jaja, gluten, seler) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z pora, marchwi i jabłka 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Rosół z makaronem 400 ml (jaja, gluten, seler) Klopsiki drobiowe w sosie warzywnym 100 g/70 ml (jaja, gluten, seler) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Marchew gotowana 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Rosół z makaronem 400 ml (jaja, gluten, seler) Klopsiki drobiowe w sosie warzywnym 150 g/70 ml (jaja, gluten, seler) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Marchew gotowana 150 g
Kolacja	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Ziołowa pasta twarogowa 90 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł 10 g Ziołowa pasta twarogowa 90 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Ziołowa pasta twarogowa 90 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Ziołowa pasta twarogowa 90 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Ziołowa pasta twarogowa 120 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g
Posiłek dodatkowy	Ciasto jogurtowe z słodzikiem 100 g (jaja, gluten, mleko)	Kanapka z grahama (60 g) z hummusem 30 g, sałatą lodową (20 g) i pomidorem (20 g) (mleko, gluten, sezam)	Ciasto jogurtowe z słodzikiem 100 g (jaja, gluten, mleko)	Ciasto jogurtowe z cukrem 100 g (jaja, gluten, mleko)	Ciasto jogurtowe z cukrem 100 g (jaja, gluten, mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2142/ W: 278.6 / B: 96.3 / T: 77.0 /Tł. nasycone: 25.8 / Cukry ogółem: 47.4/ Na: 3476.2	Kcal: 2066/ W: 280.1 / B: 95.7 / T: 70.7 /Tł. nasycone: 17.0 / Cukry ogółem: 37.2/ Na: 3628.5	Kcal: 1939/ W: 281.4 / B: 93.1 / T: 54.5 /Tł. nasycone: 13.8 / Cukry ogółem: 49.0/ Na: 3281.6	Kcal: 2216/ W: 299.7 / B: 104.6/ T: 68.7/ Tł. nasycone: 34.1/ Cukry ogółem: 61.8/ Na: 3647.5	Kcal: 2392/ W: 298.6 / B: 130.5 / T: 76.9 /Tł. nasycone: 36.8 / Cukry ogółem: 63.3 /Na: 4074.1

Poniedziałek 16.06.25	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 100 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Serek Bieluch 50 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Mix sałat 20 g Ogórek świeży 80 g	Herbata czarna b/c 250ml Bułka graham 100 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Serek Bieluch 50 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Mix sałat 20 g Ogórek świeży 80 g	Herbata czarna b/c 250ml Bułka graham 100 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Serek Bieluch 50 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Mix sałat 20 g Ogórek świeży 80 g	Herbata czarna b/c 250ml Kasza manna na mleku b/l 300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Serek Bieluch 50 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Mix sałat 20 g Marchew pieczona z tymiankiem 80 g	Herbata czarna b/c 250ml Kasza manna na mleku b/l 300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Serek Bieluch 80 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Mix sałat 20 g Marchew pieczona z tymiankiem 80 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250ml Pomidorowa z zacierką 400 ml (jaja, gluten, mleko, seler) Kurczak pieczony w sosie musztardowym 100 g /70 ml (mleko) Ryż brązowy 200 g Surówka z ogórków kiszonych 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Pomidorowa z zacierką 400 ml (jaja, gluten, mleko, seler) Kurczak pieczony w sosie musztardowym 100 g /70 ml (mleko) Ryż brązowy 200 g Surówka z ogórków kiszonych 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Pomidorowa z zacierką 400 ml (jaja, gluten, mleko, seler) Kurczak pieczony w sosie musztardowym 100 g /70 ml (mleko) Ryż brązowy 200 g Surówka z ogórków kiszonych 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Pomidorowa z zacierką 400 ml (jaja, gluten, mleko, seler) Kurczak duszony w sosie dyniowym 100 g /70 ml (mleko) Ryż biały 200 g Szpinak gotowany 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Pomidorowa z zacierką 400 ml (jaja, gluten, mleko, seler) Kurczak duszony w sosie dyniowym 150 g /70 ml (mleko) Ryż biały 200 g Szpinak gotowany 150 g (mleko)
Kolacja	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 30 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł 10 g Sałatka brokułowa z makaronem razowym, kurczakiem i warzywami 200 g (mleko) Sałata lodowa 30 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 30 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł 10 g Sałatka brokułowa z makaronem razowym, kurczakiem i warzywami 200 g (mleko) Sałata lodowa 30 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 30 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł 10 g Sałatka brokułowa z makaronem razowym, kurczakiem i warzywami 200 g (mleko) Sałata lodowa 30 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 30 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Sałatka z różyczek brokuła z makaronem pszennym, kurczakiem i pomidorkami 200g (mleko) Sałata lodowa 30 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 30 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Sałatka z różyczek brokuła z makaronem pszennym, kurczakiem i pomidorkami 250g (mleko) Sałata lodowa 30 g
Posiłek dodatkowy	Serek almette 1 op. 30 g (mleko) Pieczywo 'Sanko' 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (21 g)	Serek almette 1 op. 30 g (mleko) Pieczywo 'Sanko' 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (21 g)	Serek almette 1 op. 30 g (mleko) Pieczywo 'Sanko' 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (21 g)	Serek almette 1 op. 30 g (mleko) Pieczywo 'Sanko' kukurydziane – 3 kromki (gluten) (21 g)	Serek almette 1 op. 30 g (mleko) Pieczywo 'Sanko' kukurydziane – 3 kromki (gluten) (21 g)
Wartości odżywcze	Kcal: 2094/ W: 303.2 / B: 96.7 / T: 61.3 /Tł. nasycone: 17.8 / Cukry ogółem: 41.3/ Na: 3512.1	Kcal: 2094/ W: 303.2 / B: 96.7 / T: 61.3 /Tł. nasycone: 17.8 / Cukry ogółem: 41.3/ Na: 3512.1	Kcal: 2070/ W: 306.2 / B: 96.8 / T: 57.2 /Tł. nasycone: 15.3 / Cukry ogółem: 41.4/ Na: 3505.2	Kcal: 2079/ W: 290.4 / B: 102.8 / T: 56.8 /Tł. nasycone: 25.6 / Cukry ogółem: 45.9/ Na: 2116.9	Kcal: 2201/ W: 291.6 / B: 121.1 / T: 61.1 /Tł. nasycone: 27.6 / Cukry ogółem: 47.1 /Na: 2148.4

Wtorek 17.06.25	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 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Pasta z ciecierzycy i suszonych pomidorów 50 g Mozzarella light 40 g (mleko) Roszponka 10 g Papryka świeża 90 g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł. 10 g Pasta z ciecierzycy i suszonych pomidorów 50 g Mozzarella light 40 g (mleko) Roszponka 10 g Papryka świeża 90 g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Pasta z ciecierzycy i suszonych pomidorów 50 g Mozzarella light 40 g (mleko) Roszponka 10 g Papryka świeża 90 g	Herbata czarna b/c 250ml Kasza kukurydziana na mleku b/l 300ml (mleko) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Pasta z włoszczyzny z koncentratem pomidorowym 50 g (seler) Mozzarella light 40 g (mleko) Roszponka 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna b/c 250ml Kasza kukurydziana na mleku b/l 300ml (mleko) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Pasta z włoszczyzny z koncentratem pomidorowym 50 g (seler) Mozzarella light 80 g (mleko) Roszponka 10 g Pomidor 90 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250ml Barszcz czerwony z ziemniakami i botwinką 400 ml (mleko, seler) Łazanki z mięsem wieprzowym 400 g (jaja, gluten) Brokuł gotowany 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Barszcz czerwony z ziemniakami i botwinką 400 ml (mleko, seler) Łazanki z mięsem wieprzowym 400 g (jaja, gluten) Brokuł gotowany 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Barszcz czerwony z ziemniakami i botwinką 400 ml (mleko, seler) Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g (seler)	Kompot owocowy b/c 250ml Grysikowa z włoszczyzną 400 ml (mleko, seler) Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g (seler)	Kompot owocowy b/c 250ml Grysikowa z włoszczyzną 400 ml (mleko, seler) Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 450 g (seler)
Kolacja	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Paprykarz szczeciński 70 g (seler, ryba) Serek Bieluch 30 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Ogórek konserwowy 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł 10 g Paprykarz szczeciński 70 g (seler, ryba) Serek Bieluch 30 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Ogórek konserwowy 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Paprykarz z dorsza pieczonego 70 g (seler, ryba) Serek Bieluch 30 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Ogórek konserwowy 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Paprykarz z dorsza pieczonego 70 g (seler, ryba) Serek Bieluch 30 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Paprykarz z dorsza pieczonego 100 g (seler, ryba) Serek Bieluch 30 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g
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)	Biszkopty 50 g (jaja, gluten)	Biszkopty 50 g (jaja, gluten)
Wartości odżywcze	Kcal: 2197/ W: 284.8 / B: 91.1 / T: 85.2 /Tł. nasycone: 21.7 / Cukry ogółem: 55.6 /Na: 5139.1	Kcal: 2170/ W: 284.2 / B: 90.2 / T: 84.1 /Tł. nasycone: 21.3 / Cukry ogółem: 51.8/ Na: 5103.9	Kcal: 2164/ W: 314.4 / B: 90.7 / T: 66.7 /Tł. nasycone: 13.7 / Cukry ogółem: 51.8/ Na: 3462.9	Kcal: 2166/ W: 304.4 / B: 93.6 / T: 65.7 /Tł. nasycone: 23.6 / Cukry ogółem: 64.0/ Na: 3221.1	Kcal: 2350/ W: 309.1 / B: 119.9 / T: 72.4 /Tł. nasycone: 27.2 / Cukry ogółem: 67.1 /Na: 3655.3

Środa 18.06.25	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 100 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 50 g (mleko) Wędlina z indyka 40 g (soja) Rzodkiewka plastry 30 g Pomidor 70 g	Herbata czarna b/c 250ml Bułka graham 100 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 50 g (mleko) Wędlina z indyka 40 g (soja) Rzodkiewka plastry 30 g Pomidor 70 g	Herbata czarna b/c 250ml Bułka graham 100 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 50 g (mleko) Wędlina z indyka 40 g (soja) Rzodkiewka plastry 30 g Pomidor 70 g	Herbata czarna b/c 250ml Płatki pszenne na mleku b/l 300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Pasta twarogowa z koperkiem 50 g (mleko) Wędlina z indyka 40 g (soja) Mix sałat 20 g Dyńa pieczona w ziołach 80 g	Herbata czarna b/c 250ml Płatki pszenne na mleku b/l 300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Pasta twarogowa z koperkiem 80 g (mleko) Wędlina z indyka 40 g (soja) Mix sałat 20 g Dyńa pieczona w ziołach 80 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250ml Szpinakowa z ryżem 400 ml (mleko, seler) Filet z kurczaka zapiekany z brokułem, papryką i mozzarellą 130 g (mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kapusta czerwona duszona 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Szpinakowa z ryżem 400 ml (mleko, seler) Filet z kurczaka zapiekany z brokułem, papryką i mozzarellą 130 g (mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kapusta czerwona duszona 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Szpinakowa z ryżem 400 ml (mleko, seler) Filet z kurczaka zapiekany z brokułem, papryką i mozzarellą 130 g (mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kapusta czerwona duszona 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Szpinakowa z ryżem dieta 400 ml (mleko, seler) Filet z kurczaka zapiekany z warzywami i mozzarellą 130 g (mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Cukinia duszona z pomidorami 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Szpinakowa z ryżem dieta 400 ml (mleko, seler) Filet z kurczaka zapiekany z warzywami i mozzarellą 180 g (mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Cukinia duszona z pomidorami 150 g
Kolacja	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Jajko w sosie jogurtowo – koperkowym 1 szt (50 g)/25 g (mleko) Paszтет drobiowy z żurawiną 50 g (jaja, gluten) Sałata lodowa 30 g Ogórek kiszony 70 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł 10 g Jajko w sosie jogurtowo – koperkowym 1 szt (50 g)/25 g (mleko) Paszтет drobiowy z żurawiną 50 g (jaja, gluten) Sałata lodowa 30 g Ogórek kiszony 70 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Jajko w sosie jogurtowo – koperkowym 1 szt (50 g)/25 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Sałata lodowa 30 g Ogórek kiszony 70 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Jajko w sosie jogurtowo – koperkowym 1 szt (50 g)/25 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Jajko w sosie jogurtowo – koperkowym 2 szt (100 g)/50 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g
Posiłek dodatkowy	Jogurt naturalny 150 g (mleko)	Jogurt naturalny 150 g (mleko) Pieczywo `Sanko` 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (21 g)	Jogurt naturalny 150 g (mleko)	Jogurt naturalny 150 g (mleko)	Jogurt naturalny 150 g (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 1924/ W: 228.3 / B: 91.3 / T: 76.5 /Tł. nasycone: 17.9/ Cukry ogółem: 36.5/ Na: 3565.4	Kcal: 1922/ W: 239.9 / B: 92.1 / T: 71.1 /Tł. nasycone: 17.4 / Cukry ogółem: 34.8/ Na: 3548.0	Kcal: 1912/ W: 252.1 / B: 96.3 / T: 62.9/ Tł. nasycone: 14.1/ Cukry ogółem: 34.7/ Na: 3933.7	Kcal: 2108/ W: 256.4 / B: 108.5 / T: 77.3 /Tł. nasycone: 28.6 / Cukry ogółem: 45.1/ Na: 4024.6	Kcal: 2294/ W: 259.0 / B: 132.5 / T: 85.6/ Tł. nasycone: 31.7 / Cukry ogółem: 46.5 /Na: 4166.2

Czwartek 19.06.25	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 30 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł. 10 g Sałatka z ryżu brązowego z tuńczyka w s/w z kukurydzą, rukolą i jogurtem 200 g (mleko, ryba) Sałata rzymska 30g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham 30 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł. 10 g Sałatka z ryżu brązowego z tuńczyka w s/w z kukurydzą, rukolą i jogurtem 200 g (mleko, ryba) Sałata rzymska 30g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham 30 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł. 10 g Sałatka z ryżu brązowego z tuńczyka w s/w z kukurydzą, rukolą i jogurtem 200 g (mleko, ryba) Sałata rzymska 30g	Herbata czarna b/c 250ml Makaron na mleku b/l 300ml (mleko, jaja, gluten) Chleb pszenny 30 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Sałatka z ryżu białego z tuńczyka w s/w z pomidorkami i jogurtem 200 g (mleko, ryba) Sałata rzymska 30g	Herbata czarna b/c 250ml Makaron na mleku b/l 300ml (mleko, jaja, gluten) Chleb pszenny 30 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Sałatka z ryżu białego z tuńczyka w s/w z pomidorkami i jogurtem 250 g (mleko, ryba) Sałata rzymska 30g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250ml Zupa jarzynowa z kaszą orkiszową 400 ml (seler, gluten) Gulasz wieprzowy z szynki wieprzowej 200 g Kopytka ziemniaczane 200 g (jaja, gluten) Surówka z pora, marchwi i jabłka 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Zupa jarzynowa z kaszą orkiszową 400 ml (seler, gluten) Gulasz wieprzowy z szynki wieprzowej 200 g Kopytka ziemniaczane 200 g (jaja, gluten) Surówka z pora, marchwi i jabłka 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Zupa jarzynowa z kaszą orkiszową 400 ml (seler, gluten) Gulasz drobiowy 200 g Kopytka ziemniaczane 200 g (jaja, gluten) Surówka z pora, marchwi i jabłka 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą (dieta) 400 ml (seler) Gulasz drobiowy 200 g Kopytka ziemniaczane 200 g (jaja, gluten) Dynia pieczona w ziołach 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą (dieta) 400 ml (seler) Gulasz drobiowy 250 g Kopytka ziemniaczane 200 g (jaja, gluten) Dynia pieczona w ziołach 150 g
Kolacja	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Paszтет warzywny z fasolą 70 g (jaja, gluten, seler) Serek Bieluch 30 g (mleko) Mix sałat 20 g Ogórek świeży 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł 10 g Paszтет warzywny z fasolą 70 g (jaja, gluten, seler) Serek Bieluch 30 g (mleko) Mix sałat 20 g Ogórek świeży 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Paszтет warzywny z fasolą 70 g (jaja, gluten, seler) Serek Bieluch 30 g (mleko) Mix sałat 20 g Ogórek świeży 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Paszтет z marchewki 70 g (jaja, gluten, seler) Serek Bieluch 30 g (mleko) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Paszтет z marchewki 70 g (jaja, gluten, seler) Serek Bieluch 100 g (mleko) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g
Posiłek dodatkowy	Serek wiejski 200 g (mleko)	Serek wiejski 200 g (mleko) Chleb graham 30 g (gluten, sezam)	Serek wiejski 200 g (mleko)	Serek wiejski 200 g (mleko)	Serek wiejski 200 g (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2052/ W: 279.8 / B: 96.8 / T: 66.8/ Tł. nasycone: 20.4/ Cukry ogółem: 46.1/ Na: 2336.1	Kcal: 2041/ W: 279.5 / B: 95.1 / T: 67.1 /Tł. nasycone: 20.3 / Cukry ogółem: 44.4/ Na: 2320.9	Kcal: 1986/ W: 294.0 / B: 101.1 / T: 51.6 /Tł. nasycone: 12.6 / Cukry ogółem: 45.5/ Na: 2298.8	Kcal: 2035/ W: 294.1 / B: 91.6 / T: 57.9 /Tł. nasycone: 22.4 / Cukry ogółem: 51.1/ Na: 2517.4	Kcal: 2226/ W: 297.0 / B: 118.2 / T: 65.8 /Tł. nasycone: 26.8 / Cukry ogółem: 54.0/ Na: 2677.5

Piątek 20.06.25	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. wyd. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c 250ml Bułka graham 100 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Ser żółty 40 g (mleko) Hummus 50 g (sezam) Rozszponka 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna b/c 250ml Bułka graham 100 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Ser żółty 40 g (mleko) Hummus 50 g (sezam) Rozszponka 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna b/c 250ml Bułka graham 100 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (mleko) Hummus 50 g (sezam) Rozszponka 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna b/c 250ml Kasza manna na mleku b/l 300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Serek homogenizowany naturalny 50 g (mleko) Pasta z marchewki i selera 50 g (seler) Rozszponka 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna b/c 250ml Kasza manna na mleku b/l 300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Serek homogenizowany naturalny 100 g (mleko) Pasta z marchewki i selera 50 g (seler) Rozszponka 10 g Pomidor 90 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250ml Krem z grochu z majerankiem 400 ml (seler, mleko) Miruna zapiekana w warzywach 130 g (ryba, seler) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki, z kukurydzą i jogurtem 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Krem z grochu z majerankiem 400 ml (seler, mleko) Miruna zapiekana w warzywach 130 g (ryba, seler) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki, z kukurydzą i jogurtem 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Krem z grochu z majerankiem 400 ml (seler, mleko) Miruna zapiekana w warzywach 130 g (ryba, seler) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki, z kukurydzą i jogurtem 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Zupa krem z ziemniaków 400 ml (seler, mleko) Miruna zapiekana w warzywach 130 g (ryba, seler) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Marchew pieczona z tymiankiem 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Zupa krem z ziemniaków 400 ml (seler, mleko) Miruna zapiekana w warzywach 180 g (ryba, seler) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Marchew pieczona z tymiankiem 150 g
Kolacja	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Pasta z twarogu z tuńczykiem i koperkiem 50 g (mleko, ryba) Jajko gotowane 1szt (50 g)(jaja) Sałata rzymska 20 g Ogórek konserwowy 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł 10 g Pasta z twarogu z tuńczykiem i koperkiem 50 g (mleko, ryba) Jajko gotowane 1szt (50 g)(jaja) Sałata rzymska 20 g Ogórek konserwowy 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Pasta z twarogu z tuńczykiem i koperkiem 50 g (mleko, ryba) Jajko gotowane 1szt (50 g)(jaja) Sałata rzymska 20 g Ogórek konserwowy 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Pasta z twarogu z tuńczykiem i koperkiem 50 g (mleko, ryba) Jajko gotowane 1szt (50 g)(jaja) Sałata rzymska 20 g Cukinia pieczona z ziołami 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Pasta z twarogu z tuńczykiem i koperkiem 100 g (mleko, ryba) Jajko gotowane 1szt (50 g)(jaja) Sałata rzymska 20 g Cukinia pieczona z ziołami 80 g
Posiłek dodatkowy	Mus owocowy 120 g	Kanapka z grahama (60 g) z pasztetem sojowym 30 g, sałatą lodową (20 g) i ogórkiem świeżym (20 g) (mleko, gluten, sezam, soja)	Mus owocowy 120 g	Mus owocowy 120 g	Mus owocowy 120 g
Wartości odżywcze	Kcal: 2118/ W: 264.9 / B: 92.5 / T: 83.2/ Tł. nasycone: 24.6 / Cukry ogółem: 27.7/ Na: 2449.4	Kcal: 2238/ W: 279.1 / B: 97.5 / T: 90.2/ Tł. nasycone: 24.3 / Cukry ogółem: 26.3/ Na: 2722.4	Kcal: 1949/ W: 271.1 / B: 82.1 / T: 66.9/ Tł. nasycone: 13.2 / Cukry ogółem: 33.5/ Na: 2386.1	Kcal: 2077/ W: 281.9 / B: 81.1 / T: 72.1/ Tł. nasycone: 27.5 / Cukry ogółem: 52.6/ Na: 2390.0	Kcal: 2307/ W: 295.9 / B: 113.2 / T: 77.3/ Tł. nasycone: 29.6 / Cukry ogółem: 64.9/ Na: 2624.8

Sobota 21.06.25	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 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Galaretką drobiową z warzywami 100 g (seler, jajko) Wędlina z indyka 25 g (soja) Papryka konserwowa 70 g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł. 10 g Galaretką drobiową z warzywami 100 g (seler, jajko) Wędlina z indyka 25 g (soja) Papryka konserwowa 70 g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Galaretką drobiową z warzywami 100 g (seler, jajko) Wędlina z indyka 25 g (soja) Papryka konserwowa 70 g	Herbata czarna b/c 250ml Zacierka na mleku b/l 300ml (mleko, gluten, jaja) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Galaretką drobiową z warzywami 100 g (seler, jajko) Wędlina z indyka 25 g (soja) Pomidor 70 g	Herbata czarna b/c 250ml Zacierka na mleku b/l 300ml (mleko, gluten, jaja) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Galaretką drobiową z warzywami 150 g (seler, jajko) Wędlina z indyka 40 g (soja) Pomidor 70 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250ml Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (seler, mleko) Gulasz pomidorowy z tofu i warzywami 200 g (soja) Ryż brązowy 200 g	Kompot owocowy b/c 250ml Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (seler, mleko) Gulasz pomidorowy z tofu i warzywami 200 g (soja) Ryż brązowy 200 g	Kompot owocowy b/c 250ml Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (seler, mleko) Gulasz pomidorowy z tofu i warzywami 200 g (soja) Ryż brązowy 200 g	Kompot owocowy b/c 250ml Jarzynowa z ziemniakami dieta 400 ml (seler, mleko) Gulasz pomidorowy z tofu i warzywami (dieta) 200 g (soja) Ryż biały 200 g	Kompot owocowy b/c 250ml Jarzynowa z ziemniakami dieta 400 ml (seler, mleko) Gulasz pomidorowy z tofu i warzywami (dieta) 250 g (soja) Ryż biały 200 g
Kolacja	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Paszтет z selera 70 g (jaja, seler, gluten) Serek almette 1 op. 30 g (mleko) Rzodkiewka plastry 30 g Ogórek świeży 70 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł 10 g Paszтет z selera 70 g (jaja, seler, gluten) Serek almette 1 op. 30 g (mleko) Rzodkiewka plastry 30 g Ogórek świeży 70 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Paszтет z selera 70 g (jaja, seler, gluten) Serek almette 1 op. 30 g (mleko) Rzodkiewka plastry 30 g Ogórek świeży 70 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Paszтет z selera 70 g (jaja, seler, gluten) Serek almette 1 op. 30 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Dyńa pieczona w ziołach 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Paszтет z selera 70 g (jaja, seler, gluten) Serek almette 1 op. 30 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Dyńa pieczona w ziołach 80 g
Posiłek dodatkowy	Kefir 150 ml (mleko)	Kefir 150 ml (mleko) Pieczywo `Sanko` 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (21 g)	Kefir 150 ml (mleko)	Kefir 150 ml (mleko)	Kefir 150 ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2006/ W: 279.2 / B: 77.0 / T: 71.0 /Tł. nasycone: 17.7 / Cukry ogółem: 39.9/Na: 3359.9	Kcal: 2000/ W: 283.2 / B: 76.7 / T: 69.8 /Tł. nasycone: 17.3 / Cukry ogółem: 36.5/Na: 3324.7	Kcal: 1932/ W: 274.7 / B: 77.3 / T: 65.0 /Tł. nasycone: 14.9 / Cukry ogółem: 39.0/ Na: 3382.1	Kcal: 2133/ W: 277.8 / B: 89.1 / T: 77.9 /Tł. nasycone: 29.0 / Cukry ogółem: 59.6/ Na: 2775.4	Kcal: 2352/ W: 280.1 / B: 109.7 / T: 94.1 /Tł. nasycone: 32.0 / Cukry ogółem: 63.7/ Na: 3120.3

Niedziela 22.06.25	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. wyd. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Mozzarella light 40 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł. 10 g Mozzarella light 40 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł. 10 g Mozzarella light 40 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g	Herbata czarna b/c 250ml Ryż na mleku b/l 300ml (mleko) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Mozzarella light 40 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g	Herbata czarna b/c 250ml Ryż na mleku b/l 300ml (mleko) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Mozzarella light 80 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250ml Pomidorowa z makaronem 400 ml (jaja, gluten, mleko, seler) Pieczono udko z kurczaka 130 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Mizeria 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Pomidorowa z makaronem 400 ml (jaja, gluten, mleko, seler) Pieczono udko z kurczaka 130 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Mizeria 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Pomidorowa z makaronem 400 ml (jaja, gluten, mleko, seler) Pieczono udko z kurczaka 130 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Mizeria 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Pomidorowa z makaronem dieta 400 ml (jaja, gluten, mleko, seler) Udziec z indyka duszony w sosie własnym 100 g/70 ml (seler, mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Włoszczyzna gotowana 150 g (seler)	Kompot owocowy b/c 250ml Pomidorowa z makaronem dieta 400 ml (jaja, gluten, mleko, seler) Udziec z indyka duszony w sosie własnym 150 g/70 ml (seler, mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Włoszczyzna gotowana 150g (seler)
Kolacja	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Polędwica sopocka 40 g (soja) (jaja, seler, gluten) Pasta z nasion słonecznika i pieczonej papryki 50 g Sałata rzymska 20 g Ogórek kiszony 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł 10 g Polędwica sopocka 40 g (soja) (jaja, seler, gluten) Pasta z nasion słonecznika i pieczonej papryki 50 g Sałata rzymska 20 g Ogórek kiszony 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Wędlina z piersi indyka 40 g (soja) (jaja, seler, gluten) Pasta z nasion słonecznika i pieczonej papryki 50 g Sałata rzymska 20 g Ogórek kiszony 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Wędlina z piersi indyka 40 g (soja) (jaja, seler, gluten) Pasta z marchewki i selera 50 g (seler) Sałata rzymska 20 g Cukinia pieczona z ziołami 80 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Wędlina z piersi indyka 60 g (soja) (jaja, seler, gluten) Pasta z marchewki i selera 50 g (seler) Sałata rzymska 20 g Cukinia pieczona z ziołami 80 g
Posiłek dodatkowy	Serek almette 1 op. 30 g (mleko) Pieczywo 'Sanko' 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (21 g)	Serek almette 1 op. 30 g (mleko) Pieczywo 'Sanko' 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (21 g)	Serek almette 1 op. 30 g (mleko) Pieczywo 'Sanko' 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (21 g)	Serek almette 1 op. 30 g (mleko) Pieczywo 'Sanko' kukurydziane – 3 kromki (gluten) (21 g)	Serek almette 1 op. 30 g (mleko) Pieczywo 'Sanko' kukurydziane – 3 kromki (gluten) (21 g)
Wartości odżywcze	Kcal: 1920/ W: 224.5 / B: 98.4 / T: 75.5 /Tł. nasycone: 20.6 / Cukry ogółem: 27.2/ Na: 4489.0	Kcal: 1920/ W: 230.0 / B: 98.7 / T: 74.5/ Tł. nasycone: 20.1 / Cukry ogółem: 22.8/ Na: 4452.0	Kcal: 1941/ W: 248.1 / B: 100.1 / T: 66.8 /Tł. nasycone: 15.7 / Cukry ogółem: 30.1/ Na: 4554.2	Kcal: 2016/ W: 262.8 / B: 103.7 / T: 64.3/ Tł. nasycone: 26.1 / Cukry ogółem: 47.1/ Na: 3245.0	Kcal: 2177/ W: 265.1 / B: 128.3 / T: 70.4 /Tł. nasycone: 29.2 / Cukry ogółem: 47.1/ Na: 3847.8