

Poniedziałek 01.09.2025	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.wydz. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł 10 g Wędlina z indyka 30 g (soja) Twarożek z ziołami 50 g (mleko) Szpinak liście 10 g Ogórek świeży b/s 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Wędlina z indyka 30 g (soja) Twarożek z ziołami 50 g (mleko) Szpinak liście 10 g Ogórek świeży b/s 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Wędlina z indyka 30 g (soja) Twarożek z ziołami 50 g (mleko) Szpinak liście 10 g Ogórek świeży b/s 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Zacierka na mleku b/l-300ml (mleko, gluten, jaja) Bułka kajzerka – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Wędlina z indyka 30 g (soja) Twarożek z ziołami 50 g (mleko) Szpinak liście 10 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Zacierka na mleku b/l-300ml (mleko, gluten, jaja) Bułka kajzerka – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Wędlina z indyka 60 g (soja) Twarożek z ziołami 50 g (mleko) Szpinak liście 10 g Pomidor 80 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250ml Zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (mleko, seler) Leczo z mięsem drobiowym 200 g Ryż na sypko brązowy 200 g	Kompot owocowy b/c 250ml Zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (mleko, seler) Leczo z mięsem drobiowym 200 g Ryż na sypko brązowy 200 g	Kompot owocowy b/c 250ml Zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (mleko, seler) Leczo z mięsem drobiowym 200 g Ryż na sypko brązowy 200 g	Kompot owocowy b/c 250ml Zupa ziemniaczana 400 ml (mleko, seler) Leczo z mięsem drobiowym (dieta) 200 g Ryż na sypko 200 g	Kompot owocowy b/c 250ml Zupa ziemniaczana 400 ml (dieta) (mleko, seler) Leczo z mięsem drobiowym (dieta) 250 g Ryż na sypko 200 g
Kolacja	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham – 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Jajko gotowane 2 szt 100 g (jaja) Sos jogurtowo – koperkowy 30 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Papryka 80 g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Jajko gotowane 2 szt 100 g (jaja) Sos jogurtowo – koperkowy 30 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Papryka 80 g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Jajko gotowane 2 szt 100 g (jaja) Sos jogurtowo – koperkowy 30 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Papryka 80 g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb pszenny – 100g(gluten) Masło – 10g (mleko) Jajko gotowane 1 szt 50 g (jaja) Szynka z kurczaka 30 g (soja) Sos jogurtowo – koperkowy 30 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Marchew pieczona z tymiankiem 80 g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb pszenny – 100g(gluten) Masło – 10g (mleko) Jajko gotowane 2 szt 100 g (jaja) Szynka z kurczaka 30 g (soja) Sos jogurtowo – koperkowy 30 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Marchew pieczona z tymiankiem 80 g
Posiłek dodatkowy	Jogurt naturalny 150g (mleko)	Jogurt naturalny 150g (mleko) Płatki owsiane 15 g (gluten)	Jogurt naturalny 150g (mleko)	Jogurt naturalny b/l 150g (mleko)	Jogurt naturalny b/l 150g (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2056/ B: 97,2 g/ Tł.: 63,7 g/ Tł. nas.: 13,6 g/ W: 292,1 g/ Cukry: 26,4 g/ Na: 4803 mg	Kcal: 2104/ B: 98,9 g/ Tł.: 64,9 g/ Tł. nas.: 14 g/ W: 300,8 g/ Cukry: 26,5 g/ Na: 4798 mg	Kcal: 2056/ B: 97,2 g/ Tł.: 63,7 g/ Tł. nas.: 13,6 g/ W: 292,1 g/ Cukry: 26,4 g/ Na: 4803 mg	Kcal: 2157/ B: 98,4 g/ Tł.: 56,6 g/ Tł. nas.: 23,1 g/ W: 323,5 g/ Cukry: 40,1 g/ Na: 4964 mg	Kcal: 2310/ B: 117,7 g/ Tł.: 64,9 g/ Tł. nas.: 25,6 g/ W: 323,9 g/ Cukry: 40,1 g/ Na: 5263 mg

Wtorek 02.09.2025	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.wydz. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z ciecierzycy z drobno krojonym ogórkiem kiszonym i koperkiem 50 g Polędwica sopocka 30 g (soja) Szpinak liście 10 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham - 100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Pasta z ciecierzycy z drobno krojonym ogórkiem kiszonym i koperkiem 50 g Polędwica sopocka 30 g (soja) Szpinak liście 10 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z ciecierzycy z drobno krojonym ogórkiem kiszonym i koperkiem 50 g Wędlina z kurczaka 30 g (soja) Szpinak liście 10 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza manna na mleku b/l -300ml (gluten, mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta pomidorowa z tofu 50 g (soja) Wędlina z kurczaka 30 g (soja) Szpinak liście 10 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza manna na mleku b/l -300ml (gluten, mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta pomidorowa z tofu 50 g (soja) Wędlina z kurczaka 60 g (soja) Szpinak liście 10 g Pomidor 80 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250ml Krupnik jęczmienny z warzywami 400ml (mleko, seler, gluten) Sztuka mięsa z szynki wp, pieczona 80 g Sos cebulowy 50 g (gluten, mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Buraczki z jabłkiem 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Krupnik jęczmienny z warzywami 400ml (mleko, seler, gluten) Sztuka mięsa z szynki wp, pieczona 80 g Sos cebulowy 50 g (gluten, mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Buraczki z jabłkiem 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Krupnik jęczmienny z warzywami 400ml (mleko, seler, gluten) Gulasz drobiowy 150 g (gluten, mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Buraczki z jabłkiem 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Krupnik jaglany z warzywami 400ml (mleko, seler, gluten) Gulasz drobiowy 150 g (gluten, mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Dynia pieczona z ziołami 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Krupnik jaglany z warzywami 400ml (mleko, seler, gluten) Gulasz drobiowy 200 g (gluten, mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Dynia pieczona z ziołami 150 g
Kolacja	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta twarogowa z rzodkiewką 80 g (mleko) Ogórek świeży b/s 80 g Kiełki fasoli mung 10 g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham - 100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Pasta twarogowa z rzodkiewką 80 g (mleko) Ogórek świeży b/s 80 g Kiełki fasoli mung 10 g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta twarogowa z rzodkiewką 80 g (mleko) Ogórek świeży b/s 80 g Kiełki fasoli mung 10 g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb pszenny -100g (gluten, sezam) Masło – 10g (mleko) Pasta twarogowa z koperkiem 80 g (mleko) Cukinia duszona z pomidorami 80 g Rozszponka 10 g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb pszenny -100g (gluten, sezam) Masło – 10g (mleko) Pasta twarogowa z koperkiem 120 g (mleko) Cukinia duszona z pomidorami 80 g Rozszponka 10 g
Posiłek dodatkowy	Kanapka z grahama (60 g) z margaryną 5 g, z serkiem kanapkowym 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten, sezam,)	Kanapka z grahama (60 g) z margaryną 5 g, z serkiem kanapkowym 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten, sezam,)	Kanapka z grahama (60 g) z margaryną 5 g, z serkiem kanapkowym 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten, sezam,)	Kanapka z chleba pszenne (60 g) z margaryną 5 g, z serkiem kanapkowym 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten,)	Kanapka z chleba pszenne (60 g) z margaryną 5 g, z serkiem kanapkowym 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten,)
Wartości odżywcze	Kcal: 2117/ B: 93,2 g/ Tł.: 74,5 g/ Tł. nas.: 14,9 g/ W: 283,9 g/ Cukry: 28,6 g/ Na: 5130 mg	Kcal: 2101/ B: 93,1 g/ Tł.: 74,7 g/ Tł. nas.: 14,9 g/ W: 280,6 g/ Cukry: 28,6 g/ Na: 5118 mg	Kcal: 2046/ B: 86,9 g/ Tł.: 69,4 g/ Tł. nas.: 13,2 g/ W: 283,7 g/ Cukry: 28,6 g/ Na: 5197 mg	Kcal: 2127/ B: 96,9 g/ Tł.: 55,8 g/ Tł. nas.: 22,6 g/ W: 322,8 g/ Cukry: 41 g/ Na: 5259 mg	Kcal: 2272/ B: 117,9 g/ Tł.: 62,1 g/ Tł. nas.: 24,5 g/ W: 324,1 g/ Cukry: 42 g/ Na: 5559 mg

Środa 03.09.2025	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.wydz. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Śledź w śmietanie z cebulką i jabłkiem 100 g (ryba, mleko) Sałata rzymska 20 g Ogórek kiszony 80 g	Herbata czarna b/c-250ml Bułka graham – 100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Śledź w śmietanie z cebulką i jabłkiem 100 g (ryba, mleko), Sałata rzymska 20 g Ogórek kiszony 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Paprykarz z miruny 80 g (wyrób własny)(ryba) Sałata rzymska 20 g Ogórek kiszony 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Płatki owsiane na mleku b/l-300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Paprykarz z miruny 80 g (wyrób własny) (ryba) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Płatki owsiane na mleku b/l-300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Paprykarz z miruny 120 g (wyrób własny)(ryba) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250ml Koperkowa z zacierką 400 ml (seler, mleko) Rumsztyk wp mielony, pieczony z 80 g z cebulą 20 g (jaja, gluten, mleko) Ziemniaki gotowane z kop. 200 g Mizeria 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Koperkowa z zacierką 400 ml (seler, mleko) Rumsztyk wp mielony, pieczony z 80 g z cebulą 20 g (jaja, gluten, mleko) Ziemniaki gotowane z kop. 200 g Mizeria 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Koperkowa z zacierką 400 ml (seler, mleko) Zrazik drobiowy mielony z marchewką na parze 100 g (jaja, gluten, mleko) Ziemniaki gotowane z kop. 200 g Mizeria 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Koperkowa z zacierką 400 ml (seler, mleko) Zrazik drobiowy mielony z marchewką na parze 100 g (jaja, gluten, mleko) Ziemniaki gotowane z kop. 200 g Cukinia pieczona w ziołach 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Koperkowa z zacierką 400 ml (seler, mleko) Zrazik drobiowy mielony z marchewką na parze 150 g (jaja, gluten, mleko) Ziemniaki gotowane z kop. 200 g Cukinia pieczona w ziołach 150 g
Kolacja	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Ser mozzarella plastry 30 g (mleko) Wędlina z indyka 40 g (soja) Pomidor 80 g Szpinak liście 10 g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham - 100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Ser mozzarella plastry 30 g (mleko) Wędlina z indyka 40 g (soja) Pomidor 80 g Szpinak liście 10 g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Ser mozzarella plastry 30 g (mleko) Wędlina z indyka 40 g (soja) Pomidor 80 g Szpinak liście 10 g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb pszenny - 100g (gluten, sezam) Masło – 10g (masło) Ser mozzarella plastry 30 g (mleko) Wędlina z indyka 40 g (soja) Pomidor 80 g Szpinak liście 10 g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb pszenny - 100g (gluten, sezam) Masło – 10g (masło) Ser mozzarella plastry 30 g (mleko) Wędlina z indyka 60 g (soja) Pomidor 90 g Szpinak liście 10 g
Posiłek dodatkowy	Banan 1 szt	Pieczyno „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) + serek tartare 1 szt 20 g (mleko)	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt
Wartości odżywcze	Kcal: 2114/ B: 93,1 g/ Tł.: 82,8 g/ Tł. nas.: 22,6 g/ W: 260,9 g/ Cukry: 43,4 g/ Na: 7162 mg	Kcal: 2095/ B: 94,6 g/ Tł.: 87,7 g/ Tł. nas.: 25,2 g/ W: 243,6 g/ Cukry: 20,3 g/ Na: 7196 mg	Kcal: 2002/ B: 80 g/ Tł.: 67,7 g/ Tł. nas.: 17,1 g/ W: 279,8 g/ Cukry: 41,7 g/ Na: 5131 mg	Kcal: 2114/ B: 93,1 g/ Tł.: 56 g/ Tł. nas.: 25,3 g/ W: 317,4 g/ Cukry: 53,5 g/ Na: 5228 mg	Kcal: 2239/ B: 108,6 g/ Tł.: 60,4 g/ Tł. nas.: 26,4 g/ W: 323 g/ Cukry: 53,5 g/ Na: 5435 mg

Czwartek 04.09.2025	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.wydz. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham-70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta twarogowa z czarnuszką i prażonym słonecznikiem 50 g (mleko) Kiełbasa krakowska 30 g (soja) Sałata rzymska 20 g Pasta z włoszczyzny z koncentratem pomidorowym 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham-100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Pasta twarogowa z czarnuszką i prażonym słonecznikiem 50 g (mleko) Kiełbasa krakowska 30 g (soja) Sałata rzymska 20 g Pasta z włoszczyzny z koncentratem pomidorowym 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham-70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta twarogowa z czarnuszką i prażonym słonecznikiem 50 g (mleko) Wędlina z kurczaka 30 g (soja) Sałata rzymska 20 g Pasta z włoszczyzny z koncentratem pomidorowym 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza kukurydziana na mleku b/l-300ml (mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta twarogowa z koperkiem 50 g (mleko) Wędlina z kurczaka 30 g (soja) Sałata rzymska 20 g Pasta z włoszczyzny z koncentratem pomidorowym 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza kukurydziana na mleku b/l-300ml (mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta twarogowa z koperkiem 80 g (mleko) Wędlina z kurczaka 30 g (soja) Sałata rzymska 20 g Pasta z włoszczyzny z koncentratem pomidorowym 80 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250ml Kalafiorowa z ziemniakami 400ml (seler, mleko) Mięso z udźca indyka pieczone 80 g Sos pieczarkowy 50 ml (gluten, mleko) Kasza jęczmienna 200 g (gluten) Surówka z marchwi, selera i jabłka z jogurtem 150 g (seler, mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Kalafiorowa z ziemniakami 400ml (seler, mleko) Mięso z udźca indyka pieczone 80 g Sos pieczarkowy 50 ml (gluten, mleko) Kasza jęczmienna 200 g (gluten) Surówka z marchwi, selera i jabłka z jogurtem 150 g (seler, mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Kalafiorowa z ziemniakami 400ml (seler, mleko) Mięso z udźca indyka pieczone 80 g Sos pieczarkowy 50 ml (gluten, mleko) Kasza jęczmienna 200 g (gluten) Surówka z marchwi, selera i jabłka z jogurtem 150 g (seler, mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Zupa ziemniaczana 400ml (seler, mleko) Klopsik z indyka 80 g (jaja, gluten, mleko) Sos koperkowy 50 ml (gluten, mleko, seler) Kasza kuskus 200 g (gluten) Marchew gotowana 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Zupa ziemniaczana 400ml (seler, mleko) Klopsik z indyka 120 g (jaja, gluten, mleko) Sos koperkowy 50 ml (gluten, mleko, seler) Kasza kuskus 200 g (gluten) Marchew gotowana 150 g
Kolacja	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Sałatka z makaronem orzo, warzywami i mozzarellą 150 g (makaron 60 g/mozzarella 50 g/ warzywa 40 g) (mleko, gluten) Sałata lodowa 20 g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham – 70g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Sałatka z makaronem orzo, warzywami i mozzarellą 150 g (makaron 60 g/mozzarella 50 g/ warzywa 40 g) (mleko, gluten) Sałata lodowa 20 g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Sałatka z makaronem orzo, warzywami i mozzarellą 150 g (makaron 60 g/mozzarella 50 g/ warzywa 40 g) (mleko, gluten) Sałata lodowa 20 g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny- 70 g (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka z makaronem orzo, warzywami i mozzarellą 150 g (makaron 60 g/mozzarella 50 g/ warzywa 40 g) (mleko, gluten) (dieta) Sałata lodowa 20 g	Herbata owocowa-250ml Chleb pszenny 70 g (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka z makaronem orzo, warzywami i mozzarellą 200 g (makaron 70 g/mozzarella 80 g/ warzywa 50 g) (mleko, gluten) (dieta) Sałata lodowa 20 g
Posiłek dodatkowy	Kefir 150 ml (mleko)	Kefir 150 ml (mleko)	Kefir 150 ml (mleko)	Kefir b/l 150 ml (mleko)	Kefir b/l 150 ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2106/ B: 96,9 g/ Tł.: 70,3 g/ Tł. nas.: 21,4 g/ W: 286,5 g/ Cukry: 31,1 g/ Na: 4869 mg	Kcal: 2098/ B: 96,9 g/ Tł.: 70,4 g/ Tł. nas.: 21,4 g/ W: 284,8 g/ Cukry: 31 g/ Na: 4863 mg	Kcal: 2050/ B: 93,6 g/ Tł.: 65,6 g/ Tł. nas.: 18,8 g/ W: 286,5 g/ Cukry: 31,1 g/ Na: 4803 mg	Kcal: 2137/ B: 102,4 g/ Tł.: 56,2 g/ Tł. nas.: 25,7 g/ W: 312,7 g/ Cukry: 42,5 g/ Na: 5132 mg	Kcal: 2302/ B: 122,5 g/ Tł.: 64,8 g/ Tł. nas.: 29,2 g/ W: 314,6 g/ Cukry: 43,5 g/ Na: 5367 mg

Piątek 05.09.2025	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.wydz. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Serek homog. naturalny 70 g (mleko) Dżem brzoskwiniowy 30g Jabłko 1 szt	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham 100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Serek homog. naturalny 70 g (mleko) Tofu marynowane w sosie sojowym 30 g (soja) Szpinak liście 10 g Ogórek konserwowy 80 g (gorczyca)	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Serek homog. naturalny 70 g (mleko) Tofu marynowane w sosie sojowym 30 g (soja) Szpinak liście 10 g Ogórek konserwowy 80 g (gorczyca)	Herbata czarna b/c -250ml Płatki pszenne na mleku b/l-300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Serek homog. naturalny 70 g (mleko) Dżem brzoskwiniowy 30g Jabłko pieczone 1 szt	Herbata czarna b/c -250ml Płatki pszenne na mleku b/l-300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Serek homog. naturalny 120 g (mleko) Dżem brzoskwiniowy 30g Jabłko pieczone 1 szt
Obiad	Kompot owocowy b/c 250ml Zupa jarzynowa z ryżem 400 ml (seler, mleko) Miruna w panko smażona 110 g (jaja, mleko, gluten, ryba) Ziemniaki gotowane z kop. 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z sosem vinegret 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Zupa jarzynowa z ryżem 400 ml (seler, mleko) Miruna pieczona z cytryną i koperkiem 90 g (ryba) Ziemniaki gotowane z kop. 200g Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Zupa jarzynowa z ryżem 400 ml (seler, mleko) Miruna pieczona z cytryną i koperkiem 90 g (ryba) Ziemniaki gotowane z kop. 200g Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250ml Zupa ryżowa 400 ml (seler, mleko) Miruna pieczona z cytryną i koperkiem 90 g (ryba) Ziemniaki gotowane z kop. 200g Dynia pieczona z ziołami 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Zupa ryżowa 400 ml (seler, mleko) Miruna pieczona z cytryną i koperkiem 130 g (ryba) Ziemniaki gotowane z kop. 200g Dynia pieczona z ziołami 150 g
Kolacja	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham – 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Ser żółty 30 g (mleko) Jajko gotowane 1 szt 50 g (jaja) Roszponka 10 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Ser żółty 30 g (mleko) Jajko gotowane 1 szt 50 g (jaja) Roszponka 10 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham – 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Serek wiejski z koperkiem 50 g (mleko) Jajko gotowane 1 szt 50 g (jaja) Roszponka 10 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Serek wiejski z koperkiem 50 g (mleko) Jajko gotowane 1 szt 50 g (jaja) Roszponka 10 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Serek wiejski z koperkiem 50 g (mleko) Jajko gotowane 2 szt 100 g (jaja) Roszponka 10 g Pomidor 80 g
Posiłek dodatkowy	Kanapka z grahama (60 g) z margaryną 5 g, z hummusem 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten, sezam,)	Kanapka z grahama (60 g) z margaryną 5 g, z hummusem 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten, sezam,)	Kanapka z grahama (60 g) z margaryną 5 g, z hummusem 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten, sezam,)	Kanapka z chleba pszennego (60 g) z margaryną 5 g, z serkiem kanapkowym 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten,)	Kanapka z chleba pszennego (60 g) z margaryną 5 g, z serkiem kanapkowym 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten,)
Wartości odżywcze	Kcal: 2226/ B: 87,9 g/ Tł.: 76,5 g/ Tł. nas.: 19,8 g/ W: 313,4 g/ Cukry: 45,2 g/ Na: 5096 mg	Kcal: 2093/ B: 87,9 g/ Tł.: 72,3 g/ Tł. nas.: 19,6 g/ W: 289,1 g/ Cukry: 20 g/ Na: 5570 mg	Kcal: 2033/ B: 85,8 g/ Tł.: 68 g/ Tł. nas.: 15,4 g/ W: 285,6 g/ Cukry: 20 g/ Na: 4935 mg	Kcal: 2233/ B: 93,5 g/ Tł.: 59,3 g/ Tł. nas.: 23,4 g/ W: 344,5 g/ Cukry: 62 g/ Na: 5065 mg	Kcal: 2419/ B: 112 g/ Tł.: 70,9 g/ 28,4 g/ W: 346,4 g/ Cukry: 63 g/ Na: 5197 mg

Sobota 06.09.2025	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.wydz. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c250ml Chleb graham-70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z zielonego groszku z bazylią 50 g Wędlina z kurczaka 30 g (soja) Sałata rzymska 20 g Papryka 80 g	Herbata czarna b/c250ml Chleb graham-100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Pasta z zielonego groszku z bazylią 50 g Wędlina z kurczaka 30 g (soja) Sałata rzymska 20 g Papryka 80 g	Herbata czarna b/c250ml Chleb graham-70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta z zielonego groszku z bazylią 50 g Wędlina z kurczaka 30 g (soja) Sałata rzymska 20 g Papryka 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza jaglana na mleku b/l-300ml (mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Serek tartare 1 szt 20 g (mleko) Wędlina z kurczaka 60 g (soja) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza jaglana na mleku b/l-300ml (mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Serek tartare 1 szt 20 g (mleko) Wędlina z kurczaka 80 g (soja) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (seler, mleko) Gołąbki wp bez zawijania z kapustą 250 g Sos pomidorowy 80 ml (gluten, mleko) Mix warzyw gotowanych 150 g	Kompot owocowy b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (seler, mleko) Gołąbki wp bez zawijania z kapustą 250 g Sos pomidorowy 80 ml (gluten, mleko) Mix warzyw gotowanych 150 g	Kompot owocowy b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (seler, mleko) Potrawka drobiowa 150 g (seler, gluten) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Mix warzyw gotowanych 150 g	Kompot owocowy b/c 250 ml Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (seler, mleko) Potrawka drobiowa 150 g (seler, gluten) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Włoszczyzna gotowana 150 g (seler)	Kompot owocowy b/c 250 ml Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (seler, mleko) Potrawka drobiowa 200 g (seler, gluten) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Włoszczyzna gotowana 150 g (seler)
Kolacja	Herbata owocowa b/250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Serek wiejski 200 g (mleko) Kalarepa 100 g	Herbata owocowa b/250ml Chleb graham 100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Serek wiejski 200 g (mleko) Kalarepa 100 g	Herbata owocowa b/250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Serek wiejski 200 g (mleko) Kalarepa 100 g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny – 100 g (gluten) Masło – 10g (mleko) Serek wiejski 200 g (mleko) Marchew pieczona z tymiankiem 100 g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny -100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Serek wiejski 200 g (mleko) Marchew pieczona z tymiankiem 100 g
Posiłek dodatkowy	Sałatka grecka 100 g (warzywa 70 g, mozzarella 30 g) (mleko)	Sałatka grecka 100 g (warzywa 70 g, mozzarella 30 g) (mleko) Chleb graham 30 g (gluten, sezam)	Sałatka grecka 100 g (warzywa 70 g, mozzarella 30 g) (mleko)	Sałatka z pomidora i mozzarelli 100 g (warzywa 70 g, mozzarella 30 g) (mleko)	Sałatka z pomidora i mozzarelli 130 g (warzywa 70 g, mozzarella 60 g) (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2056/ B: 98,9 g/ Tł.: 79,2 g/ Tł. nas.: 16,9 g/ W: 249,4 g/ Cukry: 28,9 g/ Na: 4974 mg	Kcal: 2109/ B: 101,3 g/ Tł.: 79,9 g/ Tł. nas.: 16,8 g/ W: 260,7 g/ Cukry: 28,9 g/ Na: 5093 mg	Kcal: 1967/ B: 96,1 g/ Tł.: 75,8 g/ Tł. nas.: 13,2 g/ W: 237,1 g/ Cukry: 25,4 g/ Na: 4965 mg	Kcal: 2100/ B: 110 g/ Tł.: 62,3 g/ Tł. nas.: 26,1 g/ W: 287,1 g/ Cukry: 40 g/ Na: 5566 mg	Kcal: 2259/ B: 130,6 g/ Tł.: 70 g/ Tł. nas.: 29,1 g/ W: 287,9 g/ Cukry: 40 g/ Na: 5968 mg

Niedziela 07.09.2025	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 Wędlina z indyka 30 g (soja) Twarożek z szczypiorkiem 50 g (mleko) Szpinak liście 10 g Ogórek konserwowy 80 g (gorczyca)	Herbata czarna b/c 250 ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Margaryna 60 % tł. 10 g Wędlina z indyka 30 g (soja) Twarożek z szczypiorkiem 50 g (mleko) Szpinak liście 10 g Ogórek konserwowy 80 g (gorczyca)	Herbata czarna b/c 250 ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60 % tł. 10 g Wędlina z indyka 30 g (soja) Twarożek z szczypiorkiem 50 g (mleko) Szpinak liście 10 g Ogórek konserwowy 80 g (gorczyca)	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) Wędlina z indyka 30 g (soja) Twarożek z koperkiem 50 g (mleko) Szpinak liście 10 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) Wędlina z indyka 30 g (soja) Twarożek z koperkiem 80 g (mleko) Szpinak liście 10 g Pomidor 80 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250 ml Rosół z makaronem 400ml (gluten, jaja) Udko z kurczaka pieczone 130g Ziemniaki gotowane z kop. 200 g Surówka wielowarzywna 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250 ml Rosół z makaronem 400ml (gluten, jaja) Udko z kurczaka pieczone 130g Ziemniaki gotowane z kop. 200 g Surówka wielowarzywna 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250 ml Rosół z makaronem 400ml (gluten, jaja) Udko z kurczaka pieczone 130g Ziemniaki gotowane z kop. 200 g Surówka wielowarzywna 150 g (mleko)	Kompot owocowy b/c 250 ml Rosół z makaronem 400ml (gluten, jaja) Pulpet drobiowy 80 g (jaja, gluten, mleko) Sos koperkowy 50 ml (gluten) Ziemniaki gotowane z kop. 200 g Cukinia pieczona z ziołami 150 g	Kompot owocowy b/c 250 ml Rosół z makaronem 400ml (gluten, jaja) Pulpet drobiowy 120 g (jaja, gluten, mleko) Sos koperkowy 50 ml (gluten) Ziemniaki gotowane z kop. 200 g Cukinia pieczona z ziołami 150 g
Kolacja	Herbata owocowa b/c 250 ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Margaryna 60 % tł. 10 g Sałatka ryżowa z szynką, jajkiem i warzywami 150 g (ryż 50 g/szynka 20 g/jajko 40 g/warzywa 40 g) (soja, jaja, mleko) Sałata rzymska 20 g	Herbata owocowa b/c 250 ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Margaryna 60 % tł. 10 g Sałatka ryżowa z szynką, jajkiem i warzywami 150 g (ryż 50 g/szynka 20 g/jajko 40 g/warzywa 40 g) (soja, jaja, mleko) Sałata rzymska 20 g	Herbata owocowa b/c 250 ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Margaryna 60 % tł. 10 g Sałatka ryżowa z szynką, jajkiem i warzywami 150 g (ryż 50 g/szynka 20 g/jajko 40 g/warzywa 40 g) (soja, jaja, mleko) Sałata rzymska 20 g	Herbata owocowa b/c 250 ml Chleb pszenny 70 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Sałatka ryżowa z szynką, jajkiem i warzywami 150 g (ryż 50 g/szynka 20 g/jajko 40 g/warzywa 40 g) (soja, jaja, mleko) Sałata rzymska 20 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb pszenny 70 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Sałatka ryżowa z szynką, jajkiem i warzywami 200 g (ryż 70 g/szynka 40 g/jajko 40 g/warzywa 50 g) (soja, jaja, mleko) Sałata rzymska 20 g
Posiłek dodatkowy	Kanapka z grahama (60 g) z margaryną 5 g, z twarogiem 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten, sezam,)	Kanapka z grahama (60 g) z margaryną 5 g, z twarogiem 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten, sezam,)	Kanapka z grahama (60 g) z margaryną 5 g, z twarogiem 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten, sezam,)	Kanapka z chleba pszennego (60 g) z margaryną 5 g, z twarogiem 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten,)	Kanapka z chleba pszennego (60 g) z margaryną 5 g, z twarogiem 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten,)
Wartości odżywcze	Kcal: 2094/ B: 97,1 g/ Tł.: 81,4 g/ Tł. nas.: 17,6 g/ W: 253,2 g/ Cukry: 27,9 g/ Na: 4857 mg	Kcal: 2086/ B: 97 g/ Tł.: 81,5 g/ Tł. nas.: 17,6 g/ W: 251,6 g/ Cukry: 27,9 g/ Na: 4851 mg	Kcal: 2094/ B: 97,1 g/ Tł.: 81,4 g/ Tł. nas.: 17,6 g/ W: 253,2 g/ Cukry: 27,9 g/ Na: 4857 mg	Kcal: 2190/ B: 102,4 g/ Tł.: 56,5 g/ Tł. nas.: 23,3 g/ W: 326,1 g/ Cukry: 35,8 g/ Na: 4841 mg	Kcal: 2341/ B: 123,1 g/ Tł.: 63,4 g/ Tł. nas.: 25,6 g/ W: 327,3 g/ Cukry: 36,8 g/ Na: 5100 mg

Poniedziałek 08.09.2025	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych (KARDIOLOGICZNA)	Dieta łatwostrawna z ogr. tł i z ogr. sub. pob. wyd. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (jaja, mleko) Schab pieczony 30 g (soja) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (jaja, mleko) Schab pieczony 30 g (soja) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (mleko, jaja) Schab pieczony 30 g (soja) Mix sałat 20g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Makaron na mleku na mleku b/l-300ml (mleko, gluten, jaja) Bułka kajzerka – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z białek z koperkiem 50 g (mleko, jaja) Schab pieczony 30 g (soja) Mix sałat 20g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Makaron na mleku na mleku b/l- 300ml (mleko, gluten, jaja) Bułka kajzerka– 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (jaja, mleko) Schab pieczony 30 g (soja) Mix sałat 20g Pomidor 80 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250ml Selerowa z ziemniakami 400 ml (seler, mleko) Gulasz z indyka 150 g (gluten) Kasza jęczmienna 200 g (gluten) Sałatka szwedzka 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Selerowa z ziemniakami 400 ml (seler, mleko) Gulasz z indyka 150 g (gluten) Kasza jęczmienna 200 g (gluten) Sałatka szwedzka 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Selerowa z ziemniakami 400 ml (seler, mleko) Gulasz z indyka 150 g (gluten) Kasza jęczmienna 200 g (gluten) Sałatka szwedzka 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Selerowa z ziemniakami 400ml (seler, mleko) Gulasz z indyka 150 g (gluten) Kasza kuskus 200 g (gluten) Marchew pieczona z tymiankiem 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Selerowa z ziemniakami 400ml (seler, mleko) Gulasz z indyka 200 g (gluten) Kasza kuskus 200 g (gluten) Marchew pieczona z tymiankiem 150g
Kolacja	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham – 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny- 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Twarożek z szprotem w sosie pomidorowym 80 g (mleko, ryba) Ogórek świeży b/s 100 g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Twarożek z szprotem w sosie pomidorowym 80 g (mleko, ryba) Ogórek świeży b/s 100 g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham – 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny- 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Twarożek z szprotem w sosie pomidorowym 80 g (mleko, ryba) Ogórek świeży b/s 100 g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło-10 (mleko) Twarożek z miruną na parze i koperkiem 80 g (mleko, ryba) Pomidor 100 g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło-10 (mleko) Twarożek z miruną na parze i koperkiem 120 g (mleko, ryba) Pomidor 100 g
Posiłek dodatkowy	Jogurt naturalny 150 ml (mleko)	Jogurt naturalny 150 ml (mleko) Płatki owsiane 15 g (gluten)	Jogurt naturalny 150 ml (mleko)	Jogurt naturalny b/l 150 ml (mleko)	Jogurt naturalny b/l 150 ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2070/ B: 91 g/ Tł.: 74,3 g/ Tł. nas.: 16,7 g/ W: 273,5 g/ Cukry: 19,1 g/ Na: 5069 mg	Kcal: 2118/ B: 92,7 g/ Tł.: 75,5 g/ Tł. nas.: 16,7 g/ W: 282,2 g/ Cukry: 19,2 g/ Na: 5064 mg	Kcal: 2070/ B: 91 g/ Tł.: 74,3 g/ Tł. nas.: 16,7 g/ W: 273,5 g/ Cukry: 19,1 g/ Na: 5069 mg	Kcal: 2104/ B: 108,4 g/ Tł.: 50,5 g/ Tł. nas.: 24,3 g/ W: 310,6 g/ Cukry: 38,3 g/ Na: 4849 mg	Kcal: 2216/ B: 128 g/ Tł.: 53,6 g/ Tł. nas.: 25,4 g/ W: 312,2 g/ Cukry: 39,3 g/ Na: 4963 mg

Wtorek 09.09.2025	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych (KARDIOLOGICZNA)	Dieta łatwostrawna z ogr. tł. i z ogr. sub. pob. wyd. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30 (gluten) Margaryna 60% tł -10g Polędwica sopocka 30 g (gluten) Hummus 50 g (sezam) Roszponka 10 g Ogórek świeży b/s 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham –100 g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Polędwica sopocka 30 g (gluten) Hummus 50 g (sezam) Roszponka 10 g Ogórek świeży b/s 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Wędlina z indyka 30 g (soja) Hummus 50 g (sezam) Roszponka 10 g Ogórek świeży b/s 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Zacierka na mleku b/l-300ml (mleko, gluten, jaja) Chleb pszenny– 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Wędlina z indyka 30 g (soja) Serek kanapkowy 50 g (mleko) Roszponka 10 g Dyńa pieczona w ziołach 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Zacierka na mleku b/l-300ml (mleko, gluten, jaja) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Wędlina z indyka 80 g (soja) Serek kanapkowy 50 g (mleko) Roszponka 10 g Dyńa pieczona w ziołach 80 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250 ml Zupa krem z brokuła z groszkiem ptysiowym 400ml (mleko, seler, gluten) Ryż brązowy zapiekany z jabłkami i cynamonem 350 g (mleko) Mus truskawkowy z słodzikiem 100 ml (mleko)	Kompot owocowy b/c 250 ml Zupa krem z brokuła z groszkiem ptysiowym 400ml (mleko, seler, gluten) Ryż brązowy zapiekany z jabłkami i cynamonem 350 g (mleko) Mus truskawkowy z słodzikiem 100 ml (mleko)	Kompot owocowy b/c 250 ml Zupa krem z brokuła z groszkiem ptysiowym 400ml (mleko, seler, gluten) Ryż brązowy zapiekany z jabłkami i cynamonem 350 g (mleko) Mus truskawkowy z słodzikiem 100 ml (mleko)	Kompot owocowy b/c 250 ml Zupa krem z ziemniaków z groszkiem ptysiowym 400ml (mleko, seler, gluten) Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 350 g (mleko) Mus truskawkowy z cukrem 100 ml (mleko)	Kompot owocowy b/c 250 ml Zupa krem z ziemniaków z groszkiem ptysiowym 400ml (mleko, seler, gluten) Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 400 g (mleko) Mus truskawkowy z cukrem 150 ml (mleko)
Kolacja	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Serek wiejski 200 g (mleko) Szpinak liście 10 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Serek wiejski 200 g (mleko) Szpinak liście 10 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Serek wiejski 200 g (mleko) Szpinak liście 10 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Serek wiejski 200 g (mleko) Szpinak liście 10 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Serek wiejski 200 g (mleko) Szpinak liście 10 g Pomidor 80 g
Posiłek dodatkowy	Pieczyno „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) + serek tartare 1 op. 20 g (mleko)	Pieczyno „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) + serek tartare 1 op. 20 g (mleko)	Pieczyno „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) + serek tartare 1 op. 20 g (mleko)	Pieczyno „Sanko” kukurydziane + 3 kromki (gluten) (15g) + serek tartare 1 op. 20 g (mleko)	Pieczyno „Sanko” kukurydziane + 3 kromki (gluten) (15g) + serek tartare 1 op. 20 g (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2116/ B: 80 g/ Tł.: 72,5 g/ Tł. nas.: 19,3 g/ W: 303,9 g/ Cukry: 48,5 g/ Na: 5150 mg	Kcal: 2099/ B: 79,9 g/ Tł.: 72,7 g/ Tł. nas.: 19,3 g/ W: 300,5 g/ Cukry: 48,5 g/ Na: 5139 mg	Kcal: 2115/ B: 79 g/ Tł.: 73,1 g/ Tł. nas.: 19,2 g/ W: 303,6 g/ Cukry: 48,5 g/ Na: 5206 mg	Kcal: 2210/ B: 85,7 g/ Tł.: 59,3 g/ Tł. nas.: 23,6 g/ W: 343,2 g/ Cukry: 58,7 g/ Na: 5043 mg	Kcal: 2309/ B: 97,5 g/ Tł.: 63,3 g/ Tł. nas.: 24,3 g/ W: 347,2 g/ Cukry: 62,7 g/ Na: 5477 mg

Środa 10.09.2025	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.wydz. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Twarożek z koperkiem 50 g (mleko) Wędlina z indyka 30 g (soja) Kiełki fasoli mung 10 g Papryka 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Twarożek z koperkiem 50 g (mleko) Wędlina z indyka 30 g (soja) Kiełki fasoli mung 10 g Papryka 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Twarożek z koperkiem 50 g (mleko) Wędlina z indyka 30 g (soja) Kiełki fasoli mung 10 g Papryka 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza manna na mleku b/l-300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka – 100 g (gluten) Masło – 10g (mleko) Twarożek z koperkiem 50 g (mleko) Wędlina z indyka 30 g (soja) 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 – 10g (mleko) Twarożek z koperkiem 80 g (mleko) Wędlina z indyka 30 g (soja) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250 ml Piecarkowa z makaronem 400 ml (seler, gluten, jaja, mleko) Filet z kurczaka zapiekany z brokułem, papryką i mozzarellą 120 g (gluten, mleko) Sos pomidorowy 50 ml (gluten, mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Buraczki oprószone 150 g (gluten)	Kompot owocowy b/c 250 ml Piecarkowa z makaronem 400 ml (seler, gluten, jaja, mleko) Filet z kurczaka zapiekany z brokułem, papryką i mozzarellą 120 g (gluten, mleko) Sos pomidorowy 50 ml (gluten, mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Buraczki oprószone 150 g (gluten)	Kompot owocowy b/c 250 ml Piecarkowa z makaronem 400 ml (seler, gluten, jaja, mleko) Filet z kurczaka zapiekany z brokułem, papryką i mozzarellą 120 g (gluten, mleko) Sos pomidorowy 50 ml (gluten, mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Buraczki oprószone 150 g (gluten)	Kompot owocowy b/c 250 ml Jarzynowa z makaronem (dieta) 400 ml (seler, gluten, jaja, mleko) Filet z kurczaka na parze z szpinakiem 100 g (gluten, mleko) Sos pomidorowy 50 ml (gluten, mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Cukinia pieczona z ziołami 150 g	Kompot owocowy b/c 250 ml Jarzynowa z makaronem (dieta) 400 ml (seler, gluten, jaja, mleko) Filet z kurczaka na parze z szpinakiem 150 g (gluten, mleko) Sos pomidorowy 50 ml (gluten, mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Cukinia pieczona z ziołami 150 g
Kolacja	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham-70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Smalczyk z fasoli 40 g Ser żółty 30 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Rzodkiewka 80 g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Smalczyk z fasoli 40 g Ser żółty 30 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Rzodkiewka 80 g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham-70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Smalczyk z fasoli 40 g Serek kanapkowy 40 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Rzodkiewka 80 g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny-100g (gluten) Masło-10g (mleko) Serek kanapkowy 40 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Sałata rzymska 20 g Pasta z włoszczyzny z koncentratem pomidorowym 80 g	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny-100g (gluten) Masło-10g (mleko) Serek kanapkowy 80 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Sałata rzymska 20 g Pasta z włoszczyzny z koncentratem pomidorowym 80 g
Posiłek dodatkowy	Kanapka z grahama (60 g) z margaryną 5 g, z jajkiem 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten, sezam, jaja)	Kanapka z grahama (60 g) z margaryną 5 g, z jajkiem 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten, sezam, jaja)	Kanapka z grahama (60 g) z margaryną 5 g, z jajkiem 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten, sezam, jaja)	Kanapka z chleba pszennego (60 g) z margaryną 5 g, z jajkiem 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten, jaja)	Kanapka z chleba pszennego (60 g) z margaryną 5 g, z jajkiem 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten, jaja)
Wartości odżywcze	Kcal: 2198/ B: 101 g/ Tł.: 80,2 g/ Tł. nas.: 19,1 g/ W: 284,1 g/ Cukry: 39 g/ Na: 5257 mg	Kcal: 2190/ B: 101 g/ Tł.: 80,3 g/ Tł. nas.: 19,1 g/ W: 282,4 g/ Cukry: 39 g/ Na: 5267 mg	Kcal: 2170/ B: 94,8 g/ Tł.: 78,9 g/ Tł. nas.: 15,3 g/ W: 286,1 g/ Cukry: 38,9 g/ Na: 5003 mg	Kcal: 2232/ B: 109,4 g/ Tł.: 58,2 g/ Tł. nas.: 23,5 g/ W: 328,9 g/ Cukry: 43,5 g/ Na: 5115 mg	Kcal: 2365/ B: 124,5 g/ Tł.: 64,9 g/ Tł. nas.: 24,3 g/ W: 331,7 g/ Cukry: 44,5 g/ Na: 5147 mg

Czwartek 11.09.2025	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 Paszтет drobiowy 40g (seler, gluten, jaja) Pasta z twarogu i suszonych pomidorów 40 g (mleko) Szpinak liście 10 g Ogórek kiszony 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Margaryna 60 % tł. 10 g Paszтет drobiowy 40g (seler, gluten, jaja) Pasta z twarogu i suszonych pomidorów 40 g (mleko) Szpinak liście 10 g Ogórek kiszony 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham-70g (sezam, gluten) Chleb pszenny- 30g (gluten) Margaryna 60 % tł. 10 g Szyńka z indyka 40 g (soja) Pasta z twarogu i suszonych pomidorów 40 g (mleko) Szpinak liście 10 g Ogórek kiszony 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) Szyńka z indyka 40 g (soja) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40 g (mleko) Szpinak liście 10 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) Szyńka z indyka 40 g (soja) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (mleko) Szpinak liście 10 g Pomidor 80 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250ml Szpinakowa z ryżem 400 ml (seler, mleko) Klopsiki drobiowe 80 g (gluten, jaja) Sos jarzynowy 50 ml (mleko, gluten, seler) Ziemniaki gotowane z kop. 200 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Szpinakowa z ryżem 400 ml (seler, mleko) Klopsiki drobiowe 80 g (gluten, jaja) Sos jarzynowy 50 ml (mleko, gluten, seler) Ziemniaki gotowane z kop. 200 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Szpinakowa z ryżem 400 ml (seler, mleko) Klopsiki drobiowe 80 g (gluten, jaja) Sos jarzynowy 50 ml (mleko, gluten, seler) Ziemniaki gotowane z kop. 200 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Szpinakowa z ryżem 400 ml (seler, mleko) Klopsiki drobiowe 80 g (gluten, jaja) Sos jarzynowy 50 ml (mleko, gluten, seler) Ziemniaki gotowane z kop. 200 g Marchew gotowana 150 g	Kompot owocowy b/c 250ml Szpinakowa z ryżem 400 ml (seler, mleko) Klopsiki drobiowe 130 g (gluten, jaja) Sos jarzynowy 50 ml (mleko, gluten, seler) Ziemniaki gotowane z kop. 200 g Marchew gotowana 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 40 g (soja, sezam) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Sałata rzymska 20 g Pomidor 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 40 g (soja, sezam) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Sałata rzymska 20 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 Tofu w sosie sojowym z sezamem 40 g (soja, sezam) Wędlina z kurczaka 40 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 40 g (soja) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Sałata rzymska 20 g Cukinia pieczona w ziołach 80 g	Herbata owocowa b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Tofu naturalne 40 g (soja) Wędlina z kurczaka 60 g (soja) Sałata rzymska 20 g Cukinia pieczona w ziołach 80 g
Posiłek dodatkowy	Jogurt naturalny 150 ml (mleko)	Jogurt naturalny 150 ml (mleko) Musli 15 g (gluten)	Jogurt naturalny 150 ml (mleko)	Jogurt naturalny b/l 150 ml (mleko)	Jogurt naturalny b/l 150 ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2037/ B: 89,7 g/ Tł.: 75,6 g/ Tł. nas.: 17,5 g/ W: 263,4 g/ Cukry: 23,2 g/ Na: 5059 mg	Kcal: 2072/ B: 90,8 g/ Tł.: 76,3 g/ Tł. nas.: 17,5 g/ W: 270,9 g/ Cukry: 24,3 g/ Na: 5063 mg	Kcal: 2037/ B: 89,7 g/ Tł.: 75,6 g/ Tł. nas.: 17,5 g/ W: 263,4 g/ Cukry: 23,2 g/ Na: 5059 mg	Kcal: 2072/ B: 99,8 g/ Tł.: 54,8 g/ Tł. nas.: 23 g/ W: 306,7 g/ Cukry: 37,5 g/ Na: 4919 mg	Kcal: 2205/ B: 118,9 g/ Tł.: 60,5 g/ Tł. nas.: 25,6 g/ W: 308,2 g/ Cukry: 38,5 g/ Na: 5137 mg

Piątek 12.09.2025	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.wydz. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c-250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Jajko gotowane 2 szt 100 g (jaja) Sos tatarski 40 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Papryka 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Jajko gotowane 2 szt 100 g (jaja) Sos tatarski 40 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Papryka 80 g	Herbata czarna b/c-250ml Bułka graham-100g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Jajko gotowane 2 szt 100 g (jaja) Sos jogurtowo - koperkowy 40 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Papryka 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Płatki pszenne na mleku b/l-300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka – 100g (gluten) Masło- 10g (mleko) Jajko gotowane 2 szt 100 g (jaja) Sos jogurtowo - koperkowy 40 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Płatki pszenne na mleku b/l-300ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka – 100g (gluten) Masło- 10g (mleko) Jajko gotowane 2 szt 100 g (jaja) Sos jogurtowo - koperkowy 40 g (mleko) Sałata rzymska 20 g Pomidor 80 g
Obiad	Kompot owocowy b/c 250 ml Zupa wielowarzywna z kaszą pęczak 400 ml (gluten, seler) Morszczuk pieczony w warzywach 100 g (ryba, seler) Ziemniaki gotowane z kop.-200g Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki 150 g	Kompot owocowy b/c 250 ml Zupa wielowarzywna z kaszą pęczak 400 ml (gluten, seler) Morszczuk pieczony w warzywach 100 g (ryba, seler) Ziemniaki gotowane z kop.-200g Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki 150 g	Kompot owocowy b/c 250 ml Zupa wielowarzywna z kaszą pęczak 400 ml (gluten, seler) Morszczuk pieczony w warzywach 100 g (ryba, seler) Ziemniaki gotowane z kop.-200g Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki 150 g	Kompot owocowy b/c 250 ml Zupa grysikowa 400 ml (gluten, seler) Morszczuk na parze z warzywami 100 g (ryba, seler) Ziemniaki gotowane z kop.-200g Dynia pieczona w ziołach 150 g	Kompot owocowy b/c 250 ml Zupa grysikowa 400 ml (gluten, seler) Morszczuk na parze z warzywami 150 g (ryba, seler) Ziemniaki gotowane z kop.-200g Dynia pieczona w ziołach 150 g
Kolacja	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta twarogowa z chrzanem i koperkiem 80 g (mleko, SO2) Sałatka wielowarzywna z sosem vinegret 100 g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham 100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Pasta twarogowa z chrzanem i koperkiem 80 g (mleko, SO2) Sałatka wiosenna z sosem vinegret 100 g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Pasta twarogowa z chrzanem i koperkiem 80 g (mleko, SO2) Sałatka wiosenna z sosem vinegret 100 g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (masło) Pasta twarogowa z koperkiem 80 g (mleko) Sałatka z pomidorów z koperkiem 100 g	Herbata owocowa b/c -250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta twarogowa z koperkiem 120 g (mleko) Sałatka z pomidorów z koperkiem 100 g
Posiłek dodatkowy	Banan 1 szt	Kanapka z grahama (60 g) z margaryną 5 g, z serem żółtym 20 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten, sezam, jaja)	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt Kefir b/l 150 ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2043/ B: 83 g/ Tł.: 78,9 g/ Tł. nas.: 16,8 g/ W: 264 g/ Cukry: 43,3 g/ Na: 5119 mg	Kcal: 2174/ B: 93,5 g/ Tł.: 87,5 g/ Tł. nas.: 17,8 g/ W: 269,1 g/ Cukry: 23,8 g/ Na: 5566 mg	Kcal: 1988/ B: 83,8 g/ Tł.: 72,5 g/ Tł. nas.: 13,1 g/ W: 263,7 g/ Cukry: 42,3 g/ Na: 5133 mg	Kcal: 2048/ B: 94,8 g/ Tł.: 53,1 g/ Tł. nas.: 22,8 g/ W: 309,4 g/ Cukry: 63,4 g/ Na: 4924 mg	Kcal: 2220/ B: 116 g/ Tł.: 59,1 g/ Tł. nas.: 25,6 g/ W: 318 g/ Cukry: 70,4 g/ Na: 5049 mg

Sobota 13.09.2025	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.wydz. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham 70 g (sezam, gluten) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Szynka z indyka 40 g (soja) Pasta pomidorowa z tofu 40 g (soja) Szpinak liście 10 g Ogórek świeży b/s 80 g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham 100 g (sezam, gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Szynka z indyka 40 g (soja) Pasta pomidorowa z tofu 40 g (soja) Szpinak liście 10 g Ogórek świeży b/s 80 g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham 70 g (sezam, gluten) Chleb pszenny 30 g (gluten) Margaryna 60%tł. – 10g Szynka z indyka 40 g (soja) Pasta pomidorowa z tofu 40 g (soja) Szpinak liście 10 g Ogórek świeży b/s 80 g	Herbata czarna b/c-250ml Kasza manna na mleku b/l -300ml (gluten, mleko) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło- 10g (mleko) Szynka z indyka 40 g (soja) Pasta pomidorowa z tofu 40 g (soja) Szpinak liście 10 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Kasza manna na mleku b/l -300ml (gluten, mleko) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło- 10g (mleko) Szynka z indyka 60 g (soja) Pasta pomidorowa z tofu 40 g (soja) Szpinak liście 10 g Pomidor 80 g
Obiad	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa z cukinii z ziemniakami 400 ml (mleko, seler) Wątróbka dr z cebulką 80 g Sos własny 50 ml (gluten, mleko) Kasza jęczmienna 200 g (gluten) Kapusta czerwona duszona 150 g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa z cukinii z ziemniakami 400 ml (mleko, seler) Wątróbka dr z cebulką 80 g Sos własny 50 ml (gluten, mleko) Kasza jęczmienna 200 g (gluten) Kapusta czerwona duszona 150 g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa z cukinii z ziemniakami 400 ml (mleko, seler) Zrazik drobiowy z dynią 80 g (jaja, gluten, seler) Sos pietruszkowy 50 ml (gluten, mleko) Kasza jęczmienna 200 g (gluten) Kapusta czerwona duszona 150 g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa z cukinii z ziemniakami 400 ml (mleko, seler) Zrazik drobiowy z dynią 80 g (jaja, gluten, seler) Sos pietruszkowy 50 ml (gluten, mleko) Kasza jaglana 200 g Marchew gotowana 150 g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa z cukinii z ziemniakami 400 ml (mleko, seler) Zrazik drobiowy z dynią 130 g (jaja, gluten, seler) Sos pietruszkowy 50 ml (gluten, mleko) Kasza jaglana 200 g Marchew gotowana 150 g
Kolacja	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham-70g (gluten, sezam) Margaryna 60%tł. – 10g Sałatka z kaszy jaglanej z mozzarellą, ogórkiem i czerwoną cebulą 150 g (kasza jaglana 50 g, mozzarella 50 g, ogórek 30 g, cebula czerwona 10 g) (mleko, jaja, gluten)	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham- 70g (gluten, sezam) Margaryna 60%tł. – 10g Sałatka z kaszy jaglanej z mozzarellą, ogórkiem i czerwoną cebulą 150 g (kasza jaglana 50 g, mozzarella 50 g, ogórek 30 g, cebula czerwona 10 g) (mleko, jaja, gluten)	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb graham-70g (gluten, sezam) Margaryna 60%tł. – 10g Sałatka z kaszy jaglanej z mozzarellą, ogórkiem i czerwoną cebulą 150 g (kasza jaglana 50 g, mozzarella 50 g, ogórek 30 g, cebula czerwona 10 g) (mleko, jaja, gluten)	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny 70 g (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka z kaszy jaglanej z mozzarellą i pomidorem 150 g (kasza jaglana 50 g, mozzarella 50 g, pomidor 40 g) (mleko, jaja, gluten)	Herbata owocowa b/c-250ml Chleb pszenny 70 g (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka z kaszy jaglanej z mozzarellą i pomidorem 200 g (kasza jaglana 70 g, mozzarella 70 g, pomidor 50 g) (mleko, jaja, gluten)
P. dodatkowy	Pieczywo „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) + serek tartare 1 op. 20 g (mleko)	Pieczywo „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) + serek tartare 1 op. 20 g (mleko)	Pieczywo „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) + serek tartare 1 op. 20 g (mleko)	Pieczywo „Sanko” kukurydziane + 3 kromki (gluten) (15g) + serek tartare 1 op. 20 g (mleko)	Pieczywo „Sanko” kukurydziane + 3 kromki (gluten) (15g) + serek tartare 1 op. 20 g (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2090/ B: 85,3 g/ Tł.: 78,4 g/ Tł. nas.: 20,4 g/ W: 275,9 g/ Cukry: 23,1 g/ Na: 5160 mg	Kcal: 2082/ B: 85,2 g/ Tł.: 78,5 g/ Tł. nas.: 20,4 g/ W: 274,3 g/ Cukry: 23,1 g/ Na: 5154 mg	Kcal: 1978/ B: 80,7 g/ Tł.: 69,7 g/ Tł. nas.: 19 g/ W: 271,9 g/ Cukry: 20,7 g/ Na: 5134 mg	Kcal: 2154/ B: 95,1 g/ Tł.: 59,2 g/ Tł. nas.: 28,2 g/ W: 323,7 g/ Cukry: 40,3 g/ Na: 4917 mg	Kcal: 2306/ B: 113 g/ Tł.: 66 g/ Tł. nas.: 31,3 g/ W: 329 g/ Cukry: 40,3 g/ Na: 5209 mg

Niedziela 14.09.2025	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. soków żołądkowych	Dieta Bogatobiałkowa
Śniadanie	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham- 70g (sezam, gluten) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Serek kanapkowy 40 g (mleko) Mix sałat 10 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham- 100g (sezam, gluten) Margaryna 60% tł-10g Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Serek kanapkowy 40 g (mleko) Mix sałat 10 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham- 70g (sezam, gluten) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Serek kanapkowy 40 g (mleko) Mix sałat 10 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Zacierka na mleku b/l-300ml (mleko, gluten) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Serek kanapkowy 40 g (mleko) Mix sałat 10 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Zacierka na mleku b/l-300ml (mleko, gluten) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Wędlina z kurczaka 60 g (soja) Serek kanapkowy 40 g (mleko) Mix sałat 10 g Pomidor 80 g
Obiad	Kompot owocowy b/c- 250ml Pomidorowa z makaronem- 400ml (gluten, jaja, mleko, seler) Kotlet schabowy 100 g (jaja, gluten, mleko) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z ogórka zielonego i rzodkiewki z sosem vinegret 150 g	Kompot owocowy b/c- 250ml Pomidorowa z makaronem- 400ml (gluten, jaja, mleko, seler) Schab marynowany w sosie sojowym pieczony 80 g (soja) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z ogórka zielonego i rzodkiewki z sosem vinegret 150 g	Kompot owocowy b/c- 250ml Pomidorowa z makaronem- 400ml (gluten, jaja, mleko, seler) Schab marynowany w sosie sojowym pieczony 80 g (soja) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z ogórka zielonego i rzodkiewki z sosem vinegret 150 g	Kompot owocowy b/c- 250ml Pomidorowa z makaronem- 400ml (gluten, jaja, mleko, seler) Schab paski duszony 80 g Sos koperkowy 50 ml (gluten, mleko) Ziemniaki gotowane 200g Szpinak gotowany 150 g	Kompot owocowy b/c- 250ml Pomidorowa z makaronem- 400ml (gluten, jaja) Schab paski duszony 130 g Sos koperkowy 50 ml (gluten, mleko) Ziemniaki gotowany 200g Szpinak gotowany 150 g
Kolacja	Herbata owocowa b/c250ml Chleb pszenny- 30g (gluten) Chleb graham-70g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Twarożek z natką pietruszki 40 g (mleko) Polędwica sopocka 40 g (soja) Dyńa pieczona w ziołach 100 g	Herbata owocowa b/c 250ml Chleb graham-100g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Twarożek z natką pietruszki 40 g (mleko) Polędwica sopocka 40 g (soja) Dyńa pieczona w ziołach 100 g	Herbata owocowa b/c250ml Chleb pszenny- 30g (gluten) Chleb graham-70g (gluten, sezam) Margaryna 60% tł -10g Twarożek z natką pietruszki 40 g (mleko) Szynka z indyka 40 g (soja) Dyńa pieczona w ziołach 100 g	Herbata owocowa b/c250ml Chleb pszenny-100g (gluten) Masło -10g (mleko) Twarożek z natką pietruszki 40 g (mleko) Szynka z indyka 40 g (soja) Dyńa pieczona w ziołach 100 g	Herbata owocowa b/c250ml Chleb pszenny-100g (gluten) Masło -10g (mleko) Twarożek z natką pietruszki 80 g (mleko) Szynka z indyka 60 g (soja) Dyńa pieczona w ziołach 100 g
Posiłek dodatkowy	Kanapka z grahama (60 g) z margaryną 5 g, z jajkiem 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten, sezam, jaja)	Kanapka z grahama (60 g) z margaryną 5 g, z jajkiem 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten, sezam, jaja)	Kanapka z grahama (60 g) z margaryną 5 g, z jajkiem 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten, sezam, jaja)	Kanapka z chleba pszenneego (60 g) z margaryną 5 g, z jajkiem 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten, jaja)	Kanapka z chleba pszenneego (60 g) z margaryną 5 g, z jajkiem 25 g, pomidorem (30 g) (mleko, gluten, jaja)
Wartości odżywcze	Kcal: 2122/ B: 95,6 g/ Tł.: 77,2 g/ Tł. nas.: 14,8 g/ W: 276,8 g/ Cukry: 24,1 g/ Na: 5096 mg	Kcal: 2025/ B: 95,5 g/ Tł.: 68,3 g/ Tł. nas.: 14,3 g/ W: 273,3 g/ Cukry: 23,9 g/ Na: 5060 mg	Kcal: 2023/ B: 92,1 g/ Tł.: 67,9 g/ Tł. nas.: 13,2 g/ W: 276,4 g/ Cukry: 24,1 g/ Na: 5077 mg	Kcal: 2142/ B: 111,5 g/ Tł.: 56,6 g/ Tł. nas.: 23,5 g/ W: 308,8 g/ Cukry: 39,4 g/ Na: 5233 mg	Kcal: 2294/ B: 136,4 g/ Tł.: 61,9 g/ Tł. nas.: 26,4 g/ W: 310,3 g/ Cukry: 41,4 g/ Na: 5559 mg