

## INFORMACJA DLA PACJENTÓW:

Produkty, z których sporządzono potrawy zawierają substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji. Oznaczenie stosowanych alergenów:

- ZBOŻA zawierające gluten(G): G3 – gluten pszenny, G4 gluten żytni, G5 -gluten owsiany, G6 – gluten jęczmienny,
- SKORUPIAKI (SK),
- JAJA (J),
- RYBY(R),
- ORZESZKI ZIEMNE (OZ),
- SOJA (SO),
- MLEKO łącznie z laktozą (M),
- ORZECHY (O): ORZ- orzechy włoskie, OL-laskowe, OP-pekan, ON-nerkowce, OP-pistacje, OM- migdały,
- SELER(S),
- GORCZYCA (GR),
- NASIONA SEZAMU (NS),
- DWUTLENEK SIARKI i siarczyny (DS),
- ŁUBIN (Ł),
- MIĘCZAKI (MI),
- PRODUKTY WĘDLINIARSKIE (1), które mogą zawierać: gluten, mleko z laktozą, jaja, orzeszki ziemne, seler gorczycę, nasiona sezamu, soję.

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

JADŁOSPIS OD 26.04.2026 r. DO 09.05.2026 r.

Data: 26.04.2026 r. NIEDZIELA		
Śniadanie	Obiad	Kolacja
II śniadanie (wybrane diety)		Posiłek dodatkowy
<b>NIEDZIELA</b>		
<b>DIETA PODSTAWOWA (D01)</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml <b>G4 M</b> <i>(kawa zbożowa Anadol, woda, mleko 2% tł., cukier)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Parówka drobiowa 50 g <b>1</b> Ketchup 20 g <b>S</b> Musztarda 20 g <b>GR</b> Ogórek 15 g Sałata 20 g Jabłko 100 g	Rosół z makaronem pszennym, warzywami i natką pietruszki 400 ml <b>G3 J S</b> <i>(wywar drobiowy, makaron pszenny, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200 g Udko gotowane bez skóry 130 g <i>(udko z kurczaka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy, sól)</i> Buraczki gotowane z oliwą 200g <i>(buraki, cytryna, oliwa, sól)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Wędlina wieprzowa 25 g <b>1</b> Hummus 25 g <b>NS</b> Papryka czerwona 30 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt naturalny 150 g <b>M</b> Herbatniki 25 g <b>G3 M</b>
Wartości odżywcze: Energia 2157 kcal, białko ogółem 99 g, tłuszcz 78 g, NKT 20 g, węglowodany ogółem 279 g, w tym cukry 65 g, błonnik 30,5 g, Sód 2895 mg		
<b>NIEDZIELA</b>		
<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml <b>G4 M</b> <i>(kawa zbożowa Anadol, woda, mleko 2% tł., cukier)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Jajko na miękko 60 g <b>J</b> Dżem niskosłodzony 50 g Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Banan 120 g	Zupa makaronowa z makaronem pszennym, warzywami i natką pietruszki 400 ml <b>G3 J S</b> <i>(wywar drobiowy, woda, makaron pszenny, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy, sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200 g Udko gotowane bez skóry 130 g <i>(udko z kurczaka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy, sól)</i> Buraczki gotowane z oliwą 200 g <i>(buraki, cytryna, oliwa, sól)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b> Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt naturalny 150 g <b>M</b> Herbatniki 25 g <b>G3 M</b>
Wartości odżywcze: Energia 2153 kcal, białko ogółem 96,5 g, tłuszcz 65,5 g, NKT 18 g, węglowodany ogółem 307 g, w tym cukry 99 g błonnik 25 g, Sód 2573 mg		

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

NIEDZIELA			DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		
<p>Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml <b>G4 M</b> <i>(kawa zbożowa Anadol, woda, mleko 2% tł., cukier)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Ser twaróg 50 g <b>M</b></p> <p>Dżem niskosłodzony 50 g</p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Banan 120 g</p>	<p>Zupa makaronowa z makaronem pszennym, warzywami i natką pietruszki 400 ml <b>G3 J S</b> <i>(wywar drobiowy, woda, makaron <b>pszenny</b>, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Udko gotowane bez skóry 130 g <i>(udko kurczaka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Buraczki gotowane z oliwą 200g <i>(buraki, cytryna, oliwa, pieprz ziołowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt naturalny 150 g <b>M</b> Herbatniki 25 g <b>G3 M</b></p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2136 kcal, białko ogółem 98 g, tłuszcz 62 g, NKT 17,5 g, węglowodany ogółem 309 g, w tym cukry 100 g błonnik 25 g, Sód 2512 mg</i></p>					
NIEDZIELA			DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		
<p>Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml <b>G4 M</b> <i>(kawa zbożowa Anadol, woda, mleko 2% tł.)</i></p> <p>Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Parówka drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Keczup 20 g <b>S</b></p> <p>Musztarda 20 g <b>GR</b></p> <p>Ogórek 15 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Jabłko 100 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 8 g <b>M</b> Ser twaróg 50 g <b>M</b> Ogórek 15 g Sałata 10 g Herbata czarna 300 ml</p>	<p>Zupa makaronowa z makaronem pszennym, warzywami (marchew, pietruszka, seler) i natką pietruszki 400 ml <b>G3 J S</b> <i>(wywar drobiowy, woda, makaron <b>pszenny</b>, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Udko gotowane z kurczaka 130 g <i>(udko z kurczaka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Sałata z jogurtem i pomidorem 200 g <b>M</b> <i>(sałata, pomidor, <b>jogurt naturalny</b> 2% tł., pieprz ziołowy)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlina wieprzowa 50 g <b>1</b></p> <p>Hummus 25 g <b>NS</b></p> <p>Papryka czerwona 30 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt naturalny 150 g <b>M</b></p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2127 kcal, białko ogółem 105 g, tłuszcz 69 g, NKT 21 g, węglowodany ogółem 288 g, w tym cukry 37 g, błonnik 36 g, Sód 3080 mg</i></p>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

NIEDZIELA			DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)		
<p>Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml <b>G4 M</b> <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł., cukier)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Ser twaróg z koperkiem 50 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, koperek)</i></p> <p>Dżem niskosłodzony 50 g</p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Banan 120 g</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Serek wiejski 200 g <b>M</b></p>	<p>Zupa makaronowa z makaronem pszennym, warzywami (marchew, pietruszka, seler) i natką pietruszki 400 ml <b>G3 J S</b> <i>(wywar drobiowy, woda, makaron pszeniczny, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Udko gotowane bez skóry 130 g <i>(udko z kurczaka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Buraczki gotowane z oliwą 200g <i>(buraki, cytryna, oliwa, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Jogurt naturalny 150 g <b>M</b></p> <p>Herbatniki 25 g <b>G3 M</b></p>			
<p><b>Wartości odżywcze: Energia 2359 kcal, białko ogółem 117 g, tłuszcz 76,6 g, NKT 22,7 g, węglowodany ogółem 314 g, w tym cukry 105 g błonnik 25 g, Sód 3311 mg</b></p>					

NIEDZIELA			DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)		
<p>Kawa zbożowa z napojem roślinnym 300 ml <b>G4</b> <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, napój ryżowy, cukier)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100 % roślinna 15 g</p> <p>Parówka drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Kecup 20 g <b>S</b></p> <p>Musztarda 20 g <b>GR</b></p> <p>Ogórek 15 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Jabłko 100 g</p>	<p>Rosół z makaronem pszennym, warzywami i natką pietruszki 400 ml <b>G3 J S</b> <i>(wywar drobiowy, makaron pszeniczny, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Udko gotowane bez skóry 130 g <i>(udko z kurczaka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Buraczki gotowane z oliwą 200g <i>(buraki, cytryna, oliwa, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100 % roślinna 15 g</p> <p>Wędlina wieprzowa 50 g <b>1</b></p> <p>Hummus 25 g <b>NS</b></p> <p>Papryka czerwona 30 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Sok warzywny 300 ml</p> <p>Wafle ryżowe 30 g</p>			
<p><b>Wartości odżywcze: Energia 2223 kcal, białko ogółem 85 g, tłuszcz 78 g, NKT 15 g, węglowodany ogółem 313 g, w tym cukry 66 g błonnik 37 g, Sód 3669 mg</b></p>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.



PONIEDZIAŁEK			DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		
<p>Płatki owsiane na mleku 400 g <b>G5 M</b> <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Mus owocowy z przetartych owoców 100g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p>	<p>Kartoflanka z fasolką szparagową i warzywami zabieleną mlekiem 500 ml <b>M S</b> <i>(woda, ziemniaki, fasolka szparagowa, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł., liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Naleśniki z twarogiem 250 g (2 szt.) <b>G3 J M</b> <i>(mąka pszenna, mleko 2% tłuszczu, jaja, woda, twaróg półtłusty, jogurt naturalny, cukier wanilinowy, olej rzepakowy)</i></p> <p>I polewą jogurtowo- truskawkową (przetartą przez sito) 100 g <b>M</b> <i>(jogurt naturalny, truskawki)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenny 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Pasta rybna z warzywami 100 g <b>S R M</b> <i>(Dorsz gotowany, marchew, pietruszka, seler, jogurt naturalny 2% tł., pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Kefir 200 g <b>M</b></p> <p>Wafle ryżowe 30g</p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2015 kcal, białko ogółem 102,5 g, tłuszcz 53 g, NKT 17 g, węglowodany ogółem 298 g, w tym cukry 49 g g błonnik 26 g, Sód 2500 mg</i></p>					
PONIEDZIAŁEK			DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		
<p>Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml <b>G4 M</b> <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł.)</i></p> <p>Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Ogórek 15 g</p> <p>Gruszka 100 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 8 g <b>M</b></p> <p>Ser żółty 25 g <b>M</b></p> <p>Ogórek 15 g</p> <p>Sałata 10 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p>	<p>Zupa ogórkowa z ryżem zabieleną mlekiem 500 ml <b>M S</b> <i>(woda, ryż, marchew, pietruszka, seler, ogórki kiszane, natka pietruszki, mleko 2% tł., ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Naleśniki pełnoziarniste z twarogiem bez cukru 250 g (2 szt.) <b>G3 J M</b> <i>(mąka pszenna pełnoziarnista, mleko 2% tłuszczu, jaja, woda, twaróg półtłusty, jogurt naturalny, erytrytol, olej rzepakowy)</i></p> <p>I polewą jogurtowo- truskawkową (przetartą przez sito) 100 g <b>M</b> <i>(jogurt naturalny, truskawki)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 50g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Pasta z tuńczyka z jajkiem i warzywami 100 g <b>J S R GR</b> <i>(Tuńczyk w sosie własnym, jajko, marchew, pietruszka, seler, majonez, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Papryka czerwona 30 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Kefir 200 g <b>M</b></p> <p>Wafle ryżowe pełnoziarniste 30 g</p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2107 kcal, białko ogółem 111 g, tłuszcz 59 g, NKT 22 g, węglowodany ogółem 275 g, w tym cukry 34 g błonnik 33 g, Sód 2677 mg</i></p>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

PONIEDZIAŁEK			DIETA BOGATIOBIAŁKOWA (D07)		
<p>Płatki owsiane na mleku 400 g <b>G5 M</b> <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Pomidor bez skórki 50 g</p> <p>Mus owocowy z przetartych owoców 100 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Serek wiejski 200 g <b>M</b></p>	<p>Kartoflanka z fasolką szparagową i warzywami zabieleną mlekiem 500 ml <b>M S</b> <i>(woda, ziemniaki, fasolka szparagowa, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł., liść laurowy, ziele angielskie, sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Naleśniki z twarogiem 250 g (2 szt.) <b>G3 J M</b> <i>(mąka pszenna, mleko 2% tłuszczu, jaja, woda, twaróg półtłusty, jogurt naturalny, cukier wanilinowy, olej rzepakowy)</i></p> <p>I polewą jogurtowo- truskawkową (przetartą przez sito) 100 g <b>M</b> <i>(jogurt naturalny, truskawki)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenny 100g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15g <b>M</b></p> <p>Pasta rybna z warzywami 100 g <b>S R M</b> <i>(Dorsz gotowany, marchew, pietruszka, seler, jogurt naturalny 2% tł., pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Jogurt naturalny 150 g <b>M</b></p> <p>Wafle ryżowe 30g</p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2217 kcal, białko ogółem 127 g, tłuszcz 62 g, NKT 22 g, węglowodany ogółem 305 g, w tym cukry 55,5 g, błonnik 26 g, Sód 2679 mg</i></p>					

PONIEDZIAŁEK			DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)		
<p>Płatki owsiane na napoju roślinnym 400 g <b>G5</b> <i>(napój ryżowy, płatki owsiane błyskawiczne)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100 % roślinna 15 g</p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Ogórek 15 g</p> <p>Gruszka 100 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p>	<p>Zupa ogórkowa z ryżem niezabieleną 500 ml <b>S</b> <i>(woda, ryż, marchew, pietruszka, seler, ogórki kiszane, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Kotlet mielony drobiowy (smażony) na oleju rzepakowym 100 g <b>G3 J</b> <i>(mielone mięso drobiowe, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziołowy, olej rzepakowy)</i></p> <p>Mix warzyw gotowanych 200 g <i>(brokuł, kalafior, marchew)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100 % roślinna 15 g</p> <p>Pasta z tuńczyka z jajkiem i warzywami 100 g <b>J S R GR</b> <i>(Tuńczyk w sosie własnym, jajko, marchew, pietruszka, seler, majonez, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Papryka czerwona 30 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Sok warzywny 300 ml</p> <p>Wafle ryżowe 30 g</p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2101 kcal, białko ogółem 86 g, tłuszcz 57 g, NKT 8,8 g, węglowodany ogółem 327 g, w tym cukry 65 g, błonnik 35,6 g, Sód 3502 mg</i></p>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Data: 28.04.2026 r. WTOREK		
Śniadanie II śniadanie (wybrane diety)	Obiad	Kolacja Posiłek dodatkowy
<b>WTOREK</b>		
<b>DIETA PODSTAWOWA (D01)</b>		
Kasza manna na mleku 400 ml <b>G3 M</b> <i>(mleko 2% tł., kasza manna)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Twarożek z rzodkiewką 80 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, rzodkiewka)</i> Sałata 20 g Jabłko 100 g Herbata czarna 300 ml	Zupa jarzynowa z ciecierzycą, ziemniakami i warzywami zabieleną mlekiem 500 ml <b>M S</b> <i>(woda, ziemniaki, ciecierzycza, brokuł, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Makaron pszenny z duszonym mięsem drobiowym na oleju rzepakowym, z warzywami w sosie pomidorowym 550 g <b>J G3 S</b> <i>(makaron świderki z pszenicy durum, mięso drobiowe mielone, marchew, pietruszka, seler, pomidory, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b> Pomidor 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt naturalny 150 g <b>M</b> Biszkopty bez cukru 20 g <b>G3 M J</b>
Wartości odżywcze: Energia 2043 kcal, białko ogółem 107 g, tłuszcz 47 g, NKT 15 g, węglowodany ogółem 314 g, w tym cukry 47 g, błonnik 32,5 g, Sód 2464 mg		
<b>WTOREK</b>		
<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>		
Kasza manna na mleku 400 ml <b>G3 M</b> <i>(mleko 2% tł., kasza manna)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15g <b>M</b> Twarożek z koperkiem 80 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, koperek)</i> Sałata 20 g Jabłko pieczone z cynamonem 150 g Herbata czarna 300 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną mlekiem 500 ml <b>M S</b> <i>(woda, ziemniaki, brokuł bez różyczek, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Makaron pszenny z gotowanym mięsem drobiowym na z warzywami w sosie marchewkowym z oliwą 550 g <b>J G3 S</b> <i>(makaron świderki z pszenicy durum, mięso drobiowe mielone, marchew, pietruszka, seler, oliwa, mąka ziemniaczana, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b> Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b> Biszkopty bez cukru 20 g <b>G3 M J</b>
Wartości odżywcze: Energia 2011 kcal, białko ogółem 92 g, tłuszcz 47 g, NKT 16 g, węglowodany ogółem 326 g, w tym cukry 55 g, błonnik 36 g, Sód 2468 mg		

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

WTOREK		DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)
<p>Kasza manna na mleku 400 ml <b>G3 M</b> <i>(mleko 2% tł., kasza manna)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15g <b>M</b></p> <p>Twarożek z koperkiem 80 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, koperek)</i></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Jabłko pieczone z cynamonem 150 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną mlekiem 500 ml <b>M S</b> <i>(woda, ziemniaki, brokuł bez różyczek, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, sól)</i></p> <p>Makaron pszenny z gotowanym mięsem drobiowym na z warzywami w sosie marchewkowym z oliwą 550 g <b>J G3 S</b> <i>(makaron świderki z pszenicy durum, mięso drobiowe mielone, marchew, pietruszka, seler, oliwa, mąka ziemniaczana, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b> Biszkopty bez cukru 20 g <b>G3 M J</b></p>
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2011 kcal, białko ogółem 92 g, tłuszcz 47 g, NKT 16 g, węglowodany ogółem 326 g, w tym cukry 55 g, błonnik 36 g, Sód 2468 mg</i></p>		

WTOREK		DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)
<p>Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml <b>G4 M</b> <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł.)</i></p> <p>Chleb graham 100g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15g <b>M</b></p> <p>Twarożek z rzodkiewką 80 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, rzodkiewka)</i></p> <p>Jabłko 100 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Chleb graham 50g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 8g <b>M</b></p> <p>Jajko na miękko 50g <b>J</b></p> <p>Ogórek 15g</p> <p>Sałata 15 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ciecierzycą, ziemniakami i warzywami zabieleną mlekiem 500 ml <b>M S</b> <i>(woda, ziemniaki, ciecierzycy, brokuł, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Makaron pszenny z duszonym mięsem drobiowym na oleju rzepakowym, z warzywami w sosie pomidorowym 550 g <b>J G3 S</b> <i>(makaron świderki z pszenicy durum, mięso drobiowe mielone, marchew, pietruszka, seler, pomidory, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Pomidor 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b> Biszkopty bez cukru 20 g <b>G3 M J</b></p>
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2122 kcal, białko ogółem 101 g, tłuszcz 62 g, NKT 18,6 g, węglowodany ogółem 316,8 g, w tym cukry 32 g, błonnik 45,6 g, Sód 2736 mg</i></p>		

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

WTOREK			DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)		
<p>Kasza manna na mleku 400 ml <b>G3 M</b> <i>(mleko 2% tł., kasza manna)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15g <b>M</b></p> <p>Twarożek z koperkiem 80 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, koperek)</i></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Jabłko pieczone z cynamonem 150 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Serek wiejski 200 g <b>M</b></p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną mlekiem 500 ml <b>M S</b> <i>(woda, ziemniaki, brokuł bez różyczek, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Makaron pszenny z gotowanym mięsem drobiowym na z warzywami w sosie marchewkowym z oliwą 550 g <b>J G3 S</b> <i>(makaron świderki z pszenicy durum, mięso drobiowe mielone, marchew, pietruszka, seler, oliwa, mąka ziemniaczana, ziele angielskie, liść laurowy, sól)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b></p> <p>Biszkopty bez cukru 20 g <b>G3 M J</b></p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2250 kcal, białko ogółem 116 g, tłuszcz 61 g, NKT 22 g, węglowodany ogółem 332 g, w tym cukry 61 g, błonnik 36 g, Sód 3242 mg</i></p>					

WTOREK			DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)		
<p>Kasza manna na napoju roślinnym 400 ml <b>G3</b> <i>(napój roślinny ryżowy, kasza manna)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100 % roślinna 15 g</p> <p>Hummus 60 g <b>NS</b></p> <p>Jajko na miękko 60 g <b>J</b></p> <p>Jabłko 100 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ciecierzycą, ziemniakami i warzywami niezabieleną 500 ml <b>S</b> <i>(woda, ziemniaki, ciecierzycza, brokuł, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Makaron pszenny z duszonym mięsem drobiowym na oleju rzepakowym, z warzywami w sosie pomidorowym 550 g <b>J G3 S</b> <i>(makaron świderki z pszenicy durum, mięso drobiowe mielone, marchew, pietruszka, seler, pomidory, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100 % roślinna 15 g</p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Pomidor 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Sok warzywny 300 ml</p> <p>Wafle ryżowe 30 g</p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2233 kcal, białko ogółem 83 g, tłuszcz 67,5 g, NKT 14 g, węglowodany ogółem 350 g, w tym cukry 52 g błonnik 42 g, Sód 2766 mg</i></p>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Data: 29.04.2026 r. ŚRODA		
Śniadanie II śniadanie (wybrane diety)	Obiad	Kolacja Posiłek dodatkowy
<b>ŚRODA</b>		
<b>DIETA PODSTAWOWA (D01)</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml <b>M G3 J</b> <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b> Pomidor 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml Banan 120 g	Zupa koperkowa z ryżem i warzywami zabilana mlekiem 500 ml <b>M S</b> <i>(woda, ryż, marchew, pietruszka, seler, koperek, mleko 2% tł., liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól)</i> Gotowane pierogi z mięsem <b>G3 J 6 szt.</b> <i>(mąka pszenna, jaja, mięso mielone wieprzowe, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy)</i> Surówka z kapusty kiszonej i marchewki z oliwą 200 g <i>(kapusta kiszona, marchew, koperek, oliwa, pieprz ziołowy, sól)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Ser żółty 50 g <b>M</b> Papryka czerwona 30 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt naturalny 150 g <b>M</b> Herbatniki 25 g <b>G3 M</b>
Wartości odżywcze: Energia 2236 kcal, białko ogółem 105 g, tłuszcz 75 g, NKT 26 g, węglowodany ogółem 301 g, w tym cukry 67 g błonnik 24g, Sód 3312 mg		
<b>ŚRODA</b>		
<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml <b>M G3 J</b> <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b> Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml Jabłko pieczone z cynamonem 150 g	Zupa koperkowa z ryżem i warzywami zabilana mlekiem 500 ml <b>M S</b> <i>(woda, ryż, marchew, pietruszka, seler, koperek, mleko 2% tł., liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól)</i> Gotowane pierogi z mięsem <b>G3 J 6 szt.</b> <i>(mąka pszenna, jaja, mięso mielone wieprzowe, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy)</i> Surówka z marchewki z oliwą 200 g <i>(marchew, koperek, oliwa, pieprz ziołowy, sól)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Schab gotowany 50 g <b>1</b> Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt naturalny 150 g <b>M</b> Herbatniki 25 g <b>G3 M</b>
Wartości odżywcze: Energia 2304 kcal, białko ogółem 105 g, tłuszcz 77 g, NKT 20 g, węglowodany ogółem 313 g, w tym cukry 72 g błonnik 24 g, Sód 2528 mg		

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

ŚRODA			DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml <b>M G3 J</b> <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b> Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml Jabłko pieczone z cynamonem 150 g	Zupa koperkowa z ryżem i warzywami zabelana mlekiem 500 ml <b>M S</b> <i>(woda, ryż, marchew, pietruszka, seler, koperek, mleko 2% tł., liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól)</i> Gotowane pierogi z mięsem <b>G3 J 6</b> szt. <i>(mąka pszenna, jaja, mięso mielone wieprzowe, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy)</i> Surówka z marchewki z oliwą 200 g <i>(marchew, koperek, oliwa, pieprz ziołowy, sól)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Schab gotowany 50 g <b>1</b> Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt naturalny 150 g <b>M</b> Herbatniki 25 g <b>G3 M</b>			
Wartości odżywcze: Energia 2304 kcal, białko ogółem 105 g, tłuszcz 77 g, NKT 20 g, węglowodany ogółem 313 g, w tym cukry 72 g błonnik 24 g, Sód 2528 mg					

ŚRODA			DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml <b>G4 M</b> <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł.)</i> Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b> Pomidor 60 g Sałata 20 g Jabłko 100 g  <b>II ŚNIADANIE:</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 8 g <b>M</b> Hummus 30 g <b>NS</b> Ogórek 10 g Sałata 15 g Herbata czarna 300 ml	Zupa koperkowa z ryżem i warzywami zabelana mlekiem 500 ml <b>M S</b> <i>(woda, ryż, marchew, pietruszka, seler, koperek, mleko 2% tł., liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól)</i> Gotowane pierogi z mięsem <b>G3 J 6</b> szt. <i>(mąka pszenna, jaja, mięso mielone wieprzowe, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy)</i> Surówka z kapusty kiszonej i marchewki z oliwą 200 g <i>(kapusta kiszona, marchew, koperek, oliwa, pieprz ziołowy, sól)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Ser żółty 50 g <b>M</b> Papryka czerwona 30 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt naturalny 150 g <b>M</b> Biszkopty bez cukru 20 g <b>G3 M J</b>			
Wartości odżywcze: Energia 2380 kcal, białko ogółem 107 g, tłuszcz 100 g, NKT 32 g, węglowodany ogółem 281 g, w tym cukry 25 g błonnik 34 g, Sód 3587 mg					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

ŚRODA			DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)		
<p>Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml <b>M G3 J</b> <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Jabłko pieczone z cynamonem 150 g</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Serek wiejski 200 g <b>M</b></p>	<p>Zupa koperkowa z ryżem i warzywami zabelana mlekiem 500 ml <b>M S</b> <i>(woda, ryż, marchew, pietruszka, seler, koperek, mleko 2% tł., liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Gotowane pierogi z mięsem <b>G3 J 6</b> szt. <i>(mąka pszenna, jaja, mięso mielone wieprzowe, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Surówka z marchewki z oliwą 200 g <i>(marchew, koperek, oliwa, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Schab gotowany 50 g <b>1</b></p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Jogurt naturalny 150 g <b>M</b></p> <p>Herbatniki 25 g <b>G3 M</b></p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2506 kcal, białko ogółem 129 g, tłuszcz 86 g, NKT 26 g, węglowodany ogółem 320 g, w tym cukry 78 g błonnik 24 g, Sód 3288 mg</i></p>					

ŚRODA			DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)		
<p>Zupa na napój roślinny z makaronem pszennym 400 ml <b>G3 J</b> <i>(napój roślinny ryżowy, makaron pszenny)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100 % roślinna 15 g</p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Pomidor 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Banan 120 g</p>	<p>Zupa koperkowa z ryżem i warzywami niezabelana mlekiem 500 ml <b>S</b> <i>(woda, ryż, marchew, pietruszka, seler, koperek, liść laurowy, ziele angielskie, sól)</i></p> <p>Gotowane pierogi z mięsem <b>G3 J 6</b> szt. <i>(mąka pszenna, jaja, mięso mielone wieprzowe, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Surówka z kapusty kiszanej i marchewki z oliwą 200 g <i>(kapusta kiszona, marchew, koperek, oliwa, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100 % roślinna 15 g</p> <p>Schab gotowany 50 g <b>1</b></p> <p>Papryka czerwona 30 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Sok warzywny 300 ml</p> <p>Wafle ryżowe 30 g</p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2330 kcal, białko ogółem 93,6 g, tłuszcz 75 g, NKT 15 g, węglowodany ogółem 337 g, w tym cukry 69 g błonnik 30 g, Sód 3190 mg</i></p>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Data: 30.04.2026 r. CZWARTEK		
Śniadanie II śniadanie (wybrane diety)	Obiad	Kolacja Posiłek dodatkowy
<b>CZWARTEK</b>		
<b>DIETA PODSTAWOWA (D01)</b>		
Zupa mleczna z ryżem 400 ml <b>M</b> <i>(mleko 2% tł., ryż biały)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Jajko na miękko 60 g <b>J</b> Dżem niskosłodzony 50 g Pomidor 60 g Sałata 20 g Jabłko 100 g Herbata czarna 300 ml	Zupa krupnik z kaszą, ziemniakami i warzywami 500 ml <b>G6 S</b> <i>(woda, kasza jęczmienna perłowa, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Kasza gryczana 200g Pulpet drobiowy gotowany 100 g <b>G3 J</b> <i>(mielone mięso drobiowe, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziołowy)</i> Sos jogurtowy z koperkiem 50 g <b>M</b> <i>(jogurt naturalny 2% tł., mąka ziemniaczana, koperek, pieprz ziołowy)</i> Marchew z groszkiem olejem rzepakowym 200 g <i>(marchew, groszek, olej rzepakowy)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Wędlina drobiowa 25 g <b>1</b> Hummus naturalny 25 g <b>NS</b> Ogórek 15 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b>
Wartości odżywcze: Energia 1977 kcal, białko ogółem 86,8 g, tłuszcz 52 g, NKT 16,7 g, węglowodany ogółem 313 g, w tym cukry 84 g, błonnik 38,8 g, Sód 2483 mg		
<b>CZWARTEK</b>		
<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>		
Zupa mleczna z ryżem 400 ml <b>M</b> <i>(mleko 2% tł., ryż biały)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Jajko na miękko 60 g <b>J</b> Dżem niskosłodzony 50 g Pomidor bez skórki 50 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml Mus owocowy z przetartych owoców 100 g	Zupa krupnik z kaszą, ziemniakami i warzywami 500 ml <b>G6 S</b> <i>(woda, kasza jęczmienna perłowa, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g Pulpet drobiowy gotowany 100 g <b>G3 J</b> <i>(mielone mięso drobiowe, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziołowy)</i> Sos jogurtowy z koperkiem 50 g <b>M</b> <i>(jogurt naturalny 2% tł., mąka ziemniaczana, koperek, pieprz ziołowy)</i> Gotowana cukinia polana oliwą 200 g <i>(cukinia, oliwa, pieprz ziołowy, bazylija)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b> Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b>
Wartości odżywcze: Energia 1959 kcal, białko ogółem 81 g, tłuszcz 52 g, NKT 17 g, węglowodany ogółem 307 g, w tym cukry 70 g, błonnik 28 g, Sód 2443 mg		

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

<b>CZWARTEK</b>			<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
<p>Zupa mleczna z ryżem 400 ml <b>M</b> <i>(mleko 2% tł., ryż biały)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Białko jaja kurzego (jajka bez żółtek) 60 g <b>J</b></p> <p>Dżem niskosłodzony 50 g</p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Mus owocowy z przetartych owoców 100 g</p>		<p>Zupa krupnik z kaszą, ziemniakami i warzywami 500 ml <b>G6 S</b> <i>(woda, kasza jęczmienna perłowa, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250 g</p> <p>Pulpet drobiowy gotowany 100 g <b>G3 J</b> <i>(mielone mięso drobiowe, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz)</i></p> <p>Sos jogurtowy z koperkiem 50 g <b>M</b> <i>(jogurt naturalny 2% tł., mąka ziemniaczana, koperek, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Gotowana cukinia polana oliwą 200 g <i>(cukinia, oliwa, pieprz ziołowy, bazylija)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>		<p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b></p>	
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 1904 kcal, białko ogółem 80 g, tłuszcz 46 g, NKT 15 g, węglowodany ogółem 306 g, w tym cukry 70,5 g, błonnik 28 g, Sód 2478 mg</i></p>					
<b>CZWARTEK</b>			<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)</b>		
<p>Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml <b>G4 M</b> <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł.)</i></p> <p>Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Jajko na miękko 60 g <b>J</b></p> <p>Ser żółty <b>M</b> 25g</p> <p>Pomidor 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Jabłko 100 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 8 g <b>M</b></p> <p>Wędlina drobiowa 25 g <b>1</b></p> <p>Ogórek 15 g</p> <p>Sałata 15 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p>		<p>Zupa krupnik z kaszą, ziemniakami i warzywami 500 ml <b>G6 S</b> <i>(woda, kasza jęczmienna perłowa, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Kasza gryczana 200g</p> <p>Pulpet drobiowy gotowany 100 g <b>G3 J</b> <i>(mielone mięso drobiowe, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Sos jogurtowy z koperkiem 50 g <b>M</b> <i>(jogurt naturalny 2% tł., mąka ziemniaczana, koperek, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Gotowana cukinia polana oliwą 200 g <i>(cukinia, oliwa, pieprz ziołowy, bazylija)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>		<p>Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlina drobiowa 25 g <b>1</b></p> <p>Hummus naturalny 25 g <b>NS</b></p> <p>Ogórek 15 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b> Biszkopty bez cukru 20 g <b>G3 M J</b></p>	
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2062 kcal, białko ogółem 98 g, tłuszcz 64,5 g, NKT 21,2 g, węglowodany ogółem 293 g, w tym cukry 31 g, błonnik 43 g, Sód 2992 mg</i></p>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

CZWARTEK			DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)		
<p>Zupa mleczna z ryżem 400 ml <b>M</b> <i>(mleko 2% tł., ryż biały)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Jajko na miękko 60 g <b>J</b></p> <p>Dżem niskosłodzony 50 g</p> <p>Pomidor bez skórki 50 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Mus owocowy z przetartych owoców 100 g</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Serek wiejski 200 g <b>M</b></p>	<p>Zupa krupnik z kaszą, ziemniakami i warzywami 500 ml <b>G6 S</b> <i>(woda, kasza jęczmienna perłowa, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g</p> <p>Pulpet drobiowy gotowany 100 g <b>G3 J</b> <i>(mielone mięso drobiowe, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Sos jogurtowy z koperkiem 50 g <b>M</b> <i>(jogurt naturalny 2% tł., mąka ziemniaczana, koperek, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Gotowana cukinia polana oliwą 200 g <i>(cukinia, oliwa, pieprz ziołowy, bazylija)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b></p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2161 kcal, białko ogółem 105 g, tłuszcz 60,6 g, NKT 22 g, węglowodany ogółem 313 g, w tym cukry 77 g błonnik 28 g, Sód 3200 mg</i></p>					
CZWARTEK			DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)		
<p>Zupa na napoju roślinnym z ryżem 400 ml <i>(napój roślinny ryżowy., ryż biały)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100% roślinna 15 g</p> <p>Jajko na miękko 60 g <b>J</b></p> <p>Dżem niskosłodzony 50 g</p> <p>Pomidor 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Jabłko 100 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p>	<p>Zupa krupnik z kaszą, ziemniakami i warzywami 500 ml <b>G6 S</b> <i>(woda, kasza jęczmienna perłowa, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Kasza gryczana 200g</p> <p>Pulpet drobiowy gotowany 100 g <b>G3 J</b> <i>(mielone mięso drobiowe, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Marchew z groszkiem olejem rzepakowym 200 g <i>(marchew, groszek, olej rzepakowy)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenny 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100% roślinna 15 g</p> <p>Wędlina drobiowa 25 g <b>1</b></p> <p>Hummus naturalny 25 g <b>NS</b></p> <p>Ogórek 15 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Sok warzywny 300 ml</p> <p>Wafle ryżowe 30 g</p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2195 kcal, białko ogółem 82 g, tłuszcz 55 g, NKT 11,4 g, węglowodany ogółem 363 g, w tym cukry 97 g błonnik 39 g, Sód 3357 mg</i></p>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

<b>Data: 01.05.2026 r. PIĄTEK</b>		
<b>Śniadanie</b> <b>II śniadanie (wybrane diety)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja</b> <b>Posiłek dodatkowy</b>
<b>PIĄTEK</b>		
<b>DIETA PODSTAWOWA (D01)</b>		
Płatki owsiane na mleku 400 g <b>G5 M</b> <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Ser żółty 50 g <b>M</b> Ogórek kiszony 30 g Sałata 20 g Banan 120 g Herbata czarna 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabelana mlekiem 500 ml <b>M J G3 S</b> <i>(makaron pszenny, marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, mleko 2% tł., natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200 g Duszone klopsiki rybne 100 g <b>R J G3</b> <i>(dorsz, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziołowy, chrzan tarty, olej rzepakowy)</i> w sosie koperkowo – chrzanowym 50 g <b>M</b> <i>(jogurt naturalny 2% tł., mleko, mąka ziemniaczana, chrzan, pieprz ziołowy)</i> Gotowany brokuł z marchewką i oliwą 200 g <i>(brokuł różyczki bez todyg, marchew, oliwa)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Sałatka jarzynowa z jajkiem z majonezem i jogurtem 100 g <b>J M GR</b> <i>(ziemniaki, marchew, ogórek kiszony, groszek konserwowy, jajko, majonez, jogurt, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i> Sałata 20g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt naturalny 150 g <b>M</b>
<b>Wartości odżywcze: Energia 1976 kcal, białko ogółem 93 g, tłuszcz 59 g, NKT 20 g, węglowodany ogółem 285 g, w tym cukry 63 g, błonnik 32 g, Sód 2717 mg</b>		
<b>PIĄTEK</b>		
<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>		
Płatki owsiane na mleku 400 g <b>G5 M</b> <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Ser twaróg z koperkiem 80 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, koperek)</i> Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Banan 120 g Herbata czarna 300 ml	Zupa grysikowa z kalafiem i warzywami 500 ml <b>G3 S</b> <i>(woda, kasza manna, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200 g Gotowany pulpet rybny 120 g <b>R J G3</b> <i>(dorsz, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziołowy)</i> Gotowany brokuł z marchewką i oliwą 200 g <i>(brokuł różyczki bez todyg, marchew, oliwa)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Wędlna drobiowa 50 g <b>1</b> Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt naturalny 150 g <b>M</b>
<b>Wartości odżywcze: Energia 2011 kcal, białko ogółem 91 g, tłuszcz 59 g, NKT 20 g, węglowodany ogółem 294 g, w tym cukry 64 g, błonnik 27 g, Sód 2717 mg</b>		

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

PIĄTEK			DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		
<p>Płatki owsiane na mleku 400 g <b>G5 M</b> (<i>mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne</i>) Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Ser twaróg z koperkiem 80 g <b>M</b> (<i>ser twaróg półtłusty, jogurt, koperek</i>) Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Banan 120 g Herbata czarna 300 ml</p>	<p>Zupa grycikowa z kalafiem i warzywami 500 ml <b>G3 S</b> (<i>woda, kasza manna, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól</i>) Ziemniaki z koperkiem 200 g Gotowany pulpet rybny 120 g <b>R J G3</b> (<i>dorsz, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziołowy</i>) Gotowany brokuł z marchewką i oliwą 200 g (<i>brokuł różyczki bez łodyg, marchew, oliwa</i>) Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b> Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt naturalny 150 g <b>M</b></p>			
<p>Wartości odżywcze: Energia 2011 kcal, białko ogółem 91 g, tłuszcz 59 g, NKT 20 g, węglowodany ogółem 294 g, w tym cukry 64 g błonnik 27 g, Sód 2717 mg</p>					

PIĄTEK			DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		
<p>Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml <b>G4 M</b> (<i>kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł.</i>) Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Ser żółty 50 g <b>M</b> Ogórek kiszony 30 g Sałata 20g Gruszka 100g Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 8 g <b>M</b> Wędlina drobiowa 25 g <b>1</b> Ogórek 1 5g Sałata 10 g Herbata czarna 300 ml</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabelana mlekiem 500 ml <b>M J G3 S</b> (<i>makaron pszenny, marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, mleko 2 % tł., natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól</i>) Ziemniaki z koperkiem 200g Duszone klopsiki rybne 100 g <b>R J G3</b> (<i>dorsz, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziołowy, chrzan tarty, olej rzepakowy</i>) w sosie koperkowo – chrzanowym 50 g <b>M</b> (<i>jogurt naturalny 2% tł., mleko, mąka ziemniaczana, chrzan, pieprz ziołowy</i>) Gotowany brokuł z marchewką i oliwą 200 g (<i>brokuł różyczki bez łodyg, marchew, oliwa</i>) Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Sałatka jarzynowa z jajkiem z majonezem i jogurtem 100 g <b>J M GR</b> (<i>ziemniaki, marchew, ogórek kiszony, groszek konserwowy, jajko, majonez, jogurt, natka pietruszki, pieprz ziołowy</i>) Sałata 20g Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt naturalny 150 g <b>M</b></p>			
<p>Wartości odżywcze: Energia 2113 kcal, białko ogółem 99,5 g, tłuszcz 72 g, NKT 22 g, węglowodany ogółem 287 g, w tym cukry 26,5 g błonnik 39 g, Sód 3720 mg</p>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

PIĄTEK			DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)		
<p>Płatki owsiane na mleku 400 g <b>G5 M</b> <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Ser twaróg z koperkiem 80 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, koperk)</i></p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Banan 120 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Serek wiejski 200 g <b>M</b></p>	<p>Zupa grysikowa z kalafiem i warzywami 500 ml <b>G3 S</b> <i>(woda, kasza manna, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Gotowany pulpet rybny 120 g <b>R J G3</b> <i>(dorsz, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Gotowany brokuł z marchewką i oliwą 200 g <i>(brokuł różyczki bez łodyg, marchew, oliwa)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Jogurt naturalny 150 g <b>M</b></p>			
<p><b>Wartości odżywcze: Energia 2260 kcal, białko ogółem 115 g, tłuszcz 72 g, NKT 26 g, węglowodany ogółem 300 g, w tym cukry 71 g, błonnik 27 g, Sód 3478 mg</b></p>					

PIĄTEK			DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)		
<p>Płatki owsiane na napoju roślinnym 400 g <b>G5 M</b> <i>(napój roślinny, płatki owsiane błyskawiczne)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100% roślinna 15 g</p> <p>Schab 50 g <b>1</b></p> <p>Ogórek kiszony 30 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Banan 120 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabelana mlekiem 500 ml <b>M J G3 S</b> <i>(makaron pszenny, marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, mleko 2 % tł., natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki 200 g</p> <p>Gotowany pulpet rybny 120 g <b>R J G3</b> <i>(dorsz, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Gotowany brokuł z marchewką i oliwą 200 g <i>(brokuł różyczki bez łodyg, marchew, oliwa)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100% roślinna 15 g</p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Sałata 20g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Sok warzywny 300 ml</p> <p>Wafle ryżowe 30 g</p>			
<p><b>Wartości odżywcze: Energia 2096 kcal, białko ogółem 89,5 g, tłuszcz 52 g, NKT 8 g, węglowodany ogółem 334 g, w tym cukry 744 g, błonnik 36 g, Sód 3984mg</b></p>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Data: 02.05.2026 r. SOBOTA		
Śniadanie II śniadanie (wybrane diety)	Obiad	Kolacja Posiłek dodatkowy
<b>SOBOTA</b> <span style="float: right;"><b>DIETA PODSTAWOWA (D01)</b></span>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml <b>M G3 J</b> <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Paszтет pieczony z mięsa drobiowego 60 g <b>1</b> Sałata 20 g Pomidor 60 g Jabłko 100 g Herbata czarna 300 ml	Zupa z fasolki szparagowej z warzywami i ziemniakami zabieleną mlekiem 500 ml <b>M S</b> <i>(woda, ziemniaki, fasolka szparagowa, brokuł, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Kasza jęczmienna mazurska 200 g <b>G6</b> Duszony gulasz wieprzowy ze schabu 150 g <i>(schab, mąka ziemniaczana, papryka słodka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól, olej rzepakowy)</i> Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 200 g <i>(kapusta czerwona, olej rzepakowy, pieprz ziołowy, sól, cytryna)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Ser twaróg (80 g) z rzodkiewką (15 g) i natką pietruszki 3 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, rzodkiewka, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i> Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b>
Wartości odżywcze: Energia 1979 kcal, białko ogółem 95 g, tłuszcz 56 g, NKT 17 g, węglowodany ogółem 294 g, w tym cukry 46 g, błonnik 38 g, Sód 2612 mg		
<b>SOBOTA</b> <span style="float: right;"><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)</b></span>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml <b>M G3 J</b> <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenny 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Paszтет pieczony z mięsa drobiowego 60 g <b>1</b> Sałata 20g Pomidor bez skórki 60 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna 300 ml	Zupa z fasolki szparagowej z warzywami i ziemniakami zabieleną mlekiem 500 ml <b>M S</b> <i>(woda, ziemniaki, fasolka szparagowa, brokuł, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Kasza jęczmienna mazurska 200 g <b>G6</b> Gotowany gulasz wieprzowy ze schabu 150 g <i>(schab, mąka ziemniaczana, papryka słodka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Mix warzyw gotowanych polanych oliwą 200 g <i>(cukinia, marchewka, brokuł bez łodygi, oliwa)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenny 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Ser twaróg (80 g) z natką pietruszki 3 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i> Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b>
Wartości odżywcze: Energia 1989 kcal, białko ogółem 93,7 g, tłuszcz 52 g, NKT 17 g, węglowodany ogółem 307 g, w tym cukry 54,5 g, błonnik 35 g, Sód 2196 mg		

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

SOBOTA			DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		
<p>Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml <b>M G3 J</b> <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i></p> <p>Chleb pszenny 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Paszтет pieczony z mięsa drobiowego 60 g <b>1</b></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Jabłko pieczone 150 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p>	<p>Zupa z fasolki szparagowej z warzywami i ziemniakami zabieleną mlekiem 500 ml <b>M S</b> <i>(woda, ziemniaki, fasolka szparagowa, brokuł, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Kasza jęczmienna mazurska 200 g <b>G6</b></p> <p>Gotowany gulasz wieprzowy ze schabu 150 g <i>(schab, mąka ziemniaczana, papryka słodka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Mix warzyw gotowanych polanych oliwą 200 g <i>(cukinia, marchewka, brokuł bez łodygi, oliwa)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenny 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Ser twaróg (80 g) z natką pietruszki 3 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b></p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 1989 kcal, białko ogółem 93,7 g, tłuszcz 52 g, NKT 17 g, węglowodany ogółem 307 g, w tym cukry 54,5 g, błonnik 35 g, Sód 2196 mg</i></p>					

SOBOTA			DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		
<p>Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml <b>G4 M</b> <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł.)</i></p> <p>Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Paszтет pieczony z mięsa drobiowego 60 g <b>1</b></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Pomidor 60 g</p> <p>Jabłko 100 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 8 g <b>M</b></p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Ogórek 15 g</p> <p>Sałata 10 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p>	<p>Zupa z fasolki szparagowej z warzywami i ziemniakami zabieleną mlekiem 500 ml <b>M S</b> <i>(woda, ziemniaki, fasolka szparagowa, brokuł, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Kasza jęczmienna mazurska 200 g <b>G6</b></p> <p>Duszony gulasz wieprzowy ze schabu 150 g <i>(schab, mąka ziemniaczana, papryka słodka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól, olej rzepakowy)</i></p> <p>Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 200 g <i>(kapusta czerwona, olej rzepakowy, pieprz ziołowy, sól, cytryna)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Ser twaróg (80 g) z rzodkiewką (15 g) i natką pietruszki 3 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, rzodkiewka, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b></p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2132 kcal, białko ogółem 105 g, tłuszcz 66 g, NKT 19 g, węglowodany ogółem 301 g, w tym cukry 36 g, błonnik 47 g, Sód 2472 mg</i></p>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

SOBOTA			DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)		
<p>Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml <b>M G3 J</b> <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i></p> <p>Chleb pszenny 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Pasztet pieczony z mięsa drobiowego 60 g <b>1</b></p> <p>Sałata 20g</p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Jabłko pieczone 150 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>DRUGIE ŚNIADANIE:</b></p> <p>Serek wiejski 200 g <b>M</b></p>	<p>Zupa z fasolki szparagowej z warzywami i ziemniakami zabieleną mlekiem 500 ml <b>M S</b> <i>(woda, ziemniaki, fasolka szparagowa, brokuł, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Kasza jęczmienna mazurska 200 g <b>G6</b></p> <p>Gotowany gulasz wieprzowy ze schabu 150 g <i>(schab, mąka ziemniaczana, papryka słodka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Mix warzyw gotowanych polanych oliwą 200 g <i>(cukinia, marchewka, brokuł bez łodygi, oliwa)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenny 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Ser twaróg (80 g) z natką pietruszki 3 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b></p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2235 kcal, białko ogółem 118 g, tłuszcz 65 g, NKT 23 g, węglowodany ogółem 313 g, w tym cukry 61 g błonnik 35 g, Sód 2957 mg</i></p>					
SOBOTA			DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)		
<p>Zupa na napoju roślinnym z makaronem pszennym 400 ml <b>G3 J</b> <i>(napój roślinny ryżowy., makaron pszenny)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100 % roślinna 15 g</p> <p>Pasztet pieczony z mięsa drobiowego 60 g <b>1</b></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Pomidor 60 g</p> <p>Jabłko 100 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p>	<p>Zupa z fasolki szparagowej z warzywami i ziemniakami niezabieleną mlekiem 500 ml <b>S</b> <i>(woda, ziemniaki, fasolka szparagowa, brokuł, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Kasza jęczmienna mazurska 200 g <b>G6</b></p> <p>Gotowany gulasz wieprzowy ze schabu 150 g <i>(schab, mąka ziemniaczana, papryka słodka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 200 g <i>(kapusta czerwona, olej rzepakowy, pieprz ziołowy, sól, cytryna)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100 % roślinna 15 g</p> <p>Jajko na miękko 120 g <b>J</b></p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Sok warzywny 300 ml</p> <p>Wafle ryżowe 30 g</p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2243kcal, białko ogółem 91 g, tłuszcz 63 g, NKT 12 g, węglowodany ogółem 348 g, w tym cukry 62 g błonnik 39 g, Sód 3216 mg</i></p>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Data: 03.05.2026 r.		NIEDZIELA	
Śniadanie	Obiad	Kolacja	
II śniadanie (wybrane diety)	Dieta podstawowa (D01)		Posiłek dodatkowy
NIEDZIELA	DIETA PODSTAWOWA (D01)		
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml <b>G4 M</b> <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł., cukier)</i> Chleb pszenno- żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Parówka drobiowa 50 g <b>1</b> Ketchup 20 g <b>S</b> Musztarda 20 g <b>GR</b> Ogórek 15 g Sałata 20 g Banan 120 g	Rosół z makaronem pszennym, warzywami i natką pietruszki 400 ml <b>G3 J S</b> <i>(wywar drobiowy, makaron pszenno, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200 g Pieczeń ze schabu w sosie paprykowym 110 g <i>(schab, mąka ziemniaczana, ziele angielskie, liść laurowy, papryka słodka, pieprz ziołowy, sól)</i> Buraczki gotowane z oliwą 200 g <i>(buraki, cytryna, oliwa, sól, pieprz ziołowy)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno- żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Wędlina drobiowa 25 g <b>1</b> Hummus 25 g <b>NS</b> Papryka czerwona 30 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt naturalny 150 g <b>M</b>	
Wartości odżywcze: Energia 2120 kcal, białko ogółem 102 g, tłuszcz 69 g, NKT 16 g, węglowodany ogółem 282 g, w tym cukry: 68 g błonnik 30 g, Sód 2759 mg			
NIEDZIELA	DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)		
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml <b>G4 M</b> <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł., cukier)</i> Chleb pszenno- żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b> Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Banan 120 g	Zupa makaronowa z makaronem pszennym, warzywami i natką pietruszki 500 ml <b>G3 J S</b> <i>(wywar drobiowy, woda, makaron pszenno, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200 g Gotowana pierś z kurczaka 130 g <i>(pierś z kurczaka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól, pieprz ziołowy)</i> Buraczki gotowane z oliwą 200 g <i>(buraki, cytryna, oliwa, sól, pieprz ziołowy)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno- żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Jajko na miękko 60 g <b>J</b> Dżem niskosłodzony 50 g Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt naturalny 150 g <b>M</b> Herbatniki 25 g <b>G3 M J</b>	
Wartości odżywcze: Energia 2010 kcal, białko ogółem 89 g, tłuszcz 50 g, NKT 14,4 g, węglowodany ogółem 314 g, w tym cukry: 106 g błonnik 24,5 g, Sód 2571 mg			

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech włoski, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

NIEDZIELA			DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		
<p>Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml <b>G4 M</b> <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł., cukier)</i></p> <p>Chleb pszenno- żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Banan 120 g</p>	<p>Zupa makaronowa z makaronem pszennym, warzywami i natką pietruszki 500 ml <b>G3 J S</b> <i>(wywar drobiowy, woda, makaron <b>pszenny</b>, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Gotowana pierś z kurczaka 130 g <i>(pierś z kurczaka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Buraczki gotowane z oliwą 200 g <i>(buraki, cytryna, oliwa, sól, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno- żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Białko jaja kurzego (jajko bez białka) 50 g <b>J</b></p> <p>Dżem niskosłodzony 50 g</p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Jogurt naturalny 150 g <b>M</b></p> <p>Herbatniki 25 g <b>G3 M J</b></p>			
<p>Wartości odżywcze: Energia 1964 kcal, białko ogółem 88,5 g, tłuszcz 45 g, NKT 13 g, węglowodany ogółem 314 g, w tym cukry: 105 g błonnik 24,8 g, Sód 2604 mg</p>					

NIEDZIELA			DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		
<p>Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml <b>G4 M</b> <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł.)</i></p> <p>Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Parówka drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Kecup 20 g <b>S</b></p> <p>Musztarda 20g <b>GR</b></p> <p>Ogórek 15 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Jabłko 100 g</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 8 g <b>M</b></p> <p>Ser twaróg 40 g <b>M</b></p> <p>Ogórek 15 g</p> <p>Sałata 10 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p>	<p>Zupa makaronowa z makaronem pszennym, warzywami i natką pietruszki 500 ml <b>G3 J S</b> <i>(wywar drobiowy, woda, makaron <b>pszenny</b>, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Pieczeń ze schabu w sosie paprykowym 110 g <i>(schab, mąka ziemniaczana, ziele angielskie, liść laurowy, papryka słodka, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Brokuł gotowany z oliwą 200 g <i>(brokuł, oliwa)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Hummus 25 g <b>NS</b></p> <p>Wędlina drobiowa 25 g <b>1</b></p> <p>Papryka czerwona 30 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Jogurt naturalny 150 g <b>M</b></p>			
<p>Wartości odżywcze: Energia 2152 kcal, białko ogółem 104 g, tłuszcz 69 g, NKT 18 g, węglowodany ogółem 291 g, w tym cukry: 37 g błonnik 37 g, Sód 2932 mg</p>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

NIEDZIELA			DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)		
<p>Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml <b>G4 M</b> <i>(kawa zbożowa Anadol, woda, mleko 2% tł., cukier)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Banan 120 g</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Serek wiejski 200 g <b>M</b></p>	<p>Zupa makaronowa z makaronem pszennym, warzywami i natką pietruszki 500 ml <b>G3 J S</b> <i>(wywar drobiowy, woda, makaron <b>pszenny</b>, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Gotowana pierś z kurczaka 130 g <i>(pierś z kurczaka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Buraczki gotowane z oliwą 200 g <i>(buraki, cytryna, oliwa, sól, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Jajko na miękko 60 g <b>J</b></p> <p>Dżem niskosłodzony 50 g</p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Jogurt naturalny 150 g <b>M</b></p> <p>Herbatniki 25 g <b>G3 M J</b></p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2192 kcal, białko ogółem 114 g, tłuszcz 58 g, NKT 20 g, węglowodany ogółem 315 g, w tym cukry 107 g błonnik 24 g, Sód 3331 mg</i></p>					

NIEDZIELA			DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)		
<p>Kawa zbożowa z napojem roślinnym 300 ml <b>G4</b> <i>(kawa zbożowa Anadol, woda, napój ryżowy, cukier)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100 % roślinna 15 g</p> <p>Parówka drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Ketchup 20 g <b>S</b></p> <p>Musztarda 20 g <b>GR</b></p> <p>Ogórek 15 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Banan 120 g</p>	<p>Rosół z makaronem pszennym, warzywami i natką pietruszki 500 ml <b>G3 J S</b> <i>(wywar drobiowy, makaron <b>pszenny</b>, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Pieczeń ze schabu w sosie paprykowym 110 g <i>(schab, mąka ziemniaczana, ziele angielskie, liść laurowy, papryka słodka, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Buraczki gotowane z oliwą 200 g <i>(buraki, cytryna, oliwa, sól, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100 % roślinna 15 g</p> <p>Wędlina wieprzowa 50 g <b>1</b></p> <p>Hummus 25 g <b>NS</b></p> <p>Papryka czerwona 30 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Sok warzywny 300 ml</p> <p>Wafle ryżowe 30 g</p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2261 kcal, białko ogółem 93 g, tłuszcz 65 g, NKT 12,0 g, węglowodany ogółem 335 g, w tym cukry 78 g błonnik 36 g, Sód 3613 mg</i></p>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Data: 04.05.2026 r.			PONIEDZIAŁEK		
Śniadanie II śniadanie (wybrane diety)		Obiad		Kolacja Posiłek dodatkowy	
PONIEDZIAŁEK			DIETA PODSTAWOWA (D01)		
<p>Płatki owsiane na mleku 400 g <b>G5 M</b> <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i> i owsiane błyskawiczne na mleku <b>G5 M</b> 400 ml Chleb pszenno- żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Wędlina wieprzowa 25 g <b>1</b> Dżem niskosłodzony 50 g Sałata 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna 300 ml Gruszka 100g</p>		<p>Żurek z ziemniakami, jajkiem, warzywami i zieleńią 400 ml <b>M G3 G4 S J</b> <i>(woda, żurek, ziemniaki, jajko, marchew, pietruszka, seler, śmietana 12%, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, sól)</i> Ryż basmati 200 g Duszona potrawka z kurczaka z warzywami 350 g <i>(mięso drobiowe, marchew, cukinia, pietruszka, brokuł, fasolka szparagowa, olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, mąka ziemniaczana, pieprz ziołowy, sól)</i> Herbata owocowa 300 ml</p>		<p>Chleb pszenno- żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Ser żółty 50 g <b>M</b> Sałata 20 g Ogórek 15 g Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Kefir 200 ml Wafle ryżowe 30 g</p>	
Wartości odżywcze: Energia 2144 kcal, białko ogółem 98 g, tłuszcz 60,5 g, NKT 23,7 g, węglowodany ogółem 325 g, w tym cukry: 70 g błonnik 30,5 g, Sód 2568 mg					
PONIEDZIAŁEK			DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)		
<p>Płatki owsiane na mleku 400 g <b>G5 M</b> <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenno- żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Schab 50 g <b>1</b> Sałata 20 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna 300 ml Mus owocowy z przetartych owoców 100 g</p>		<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną mlekiem 500 ml <b>M S</b> <i>(woda, ziemniaki, brokuł bez różyczek, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Ryż basmati 200 g Duszona potrawka z kurczaka z warzywami 350 g <i>(mięso drobiowe, marchew, cukinia, pietruszka, brokuł, fasolka szparagowa, olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, mąka ziemniaczana, pieprz ziołowy, sól)</i> Herbata owocowa 300 ml</p>		<p>Chleb pszenno- żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15g <b>M</b> Twarożek z natką pietruszki 80 g <b>M</b> <i>(ser twaróg, jogurt naturalny, natka pietruszki)</i> Sałata 20 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Kefir 200 ml Wafle ryżowe 30 g</p>	
Wartości odżywcze: Energia 2090 kcal, białko ogółem 102 g, tłuszcz 56,4 g, NKT 16,6 g, węglowodany ogółem 317 g, w tym cukry: 38 g błonnik 28,6 g, Sód 1970 mg					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

PONIEDZIAŁEK			DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		
<p>Płatki owsiane na mleku 400 g <b>G5 M</b> <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i></p> <p>Chleb pszenny 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Schab 50 g <b>1</b></p> <p>Sałata 20g</p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Mus owocowy z przetartych owoców 100 g</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelona mlekiem 500 ml <b>M S</b> <i>(woda, ziemniaki, brokuł bez różyczek, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ryż basmati 200 g</p> <p>Duszona potrawka z kurczaka z warzywami 350 g <i>(mięso drobiowe, marchew, cukinia, pietruszka, brokuł, fasolka szparagowa, olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, mąka ziemniaczana, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenny 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15g <b>M</b></p> <p>Twarożek z natką pietruszki 80 g <b>M</b> <i>(ser twaróg, jogurt naturalny, natka pietruszki)</i></p> <p>Sałata 20g</p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Kefir 200 ml</p> <p>Wafle ryżowe 30 g</p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2090 kcal, białko ogółem 102 g, tłuszcz 56,4 g, NKT 16,6 g, węglowodany ogółem 317 g, w tym cukry: 38 g błonnik 28,6 g, Sód 1970 mg</i></p>					

PONIEDZIAŁEK			DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		
<p>Kawa zbożowa z mlekiem ml <b>G4 M</b> <i>(kawa zbożowa Anatal, woda, mleko 2% tł.)</i></p> <p>Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Schab 50 g <b>1</b></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Gruszka 100g</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 8 g <b>M</b></p> <p>Wędlina drobiowa 25 g <b>1</b></p> <p>Ogórek 15 g</p> <p>Sałata 10 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p>	<p>Żurek z ziemniakami, jajkiem, warzywami i zielenią 400 ml <b>M G3 G4 S J</b> <i>(woda, żurek, ziemniaki, jajko, marchew, pietruszka, seler, śmietana 12%, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, sól)</i></p> <p>Ryż basmati 200 g</p> <p>Duszona potrawka z kurczaka z warzywami 350 g <i>(mięso drobiowe, marchew, cukinia, pietruszka, brokuł, fasolka szparagowa, olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, mąka ziemniaczana, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Ser żółty 50 g <b>M</b></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Ogórek 15 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Kefir 200 ml</p> <p>Wafle ryżowe pełnoziarniste 30 g</p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2221 kcal, białko ogółem 114 g, tłuszcz 70,6 g, NKT 23,5 g, węglowodany ogółem 308 g, w tym cukry: 29,6 g błonnik 37 g, Sód 2806 mg</i></p>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

PONIEDZIAŁEK			DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)		
<p>Płatki owsiane na mleku 400 g <b>G5 M</b> <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i></p> <p>Chleb pszenny 100g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Szab 50 g <b>1</b></p> <p>Sałata 20g</p> <p>Pomidor bez skórki 60g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Mus owocowy z przetartych owoców 100 g</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Serek wiejski 200 g <b>M</b></p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelona mlekiem 500 ml <b>M S</b> <i>(woda, ziemniaki, brokuł bez różyczek, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ryż basmati 200 g</p> <p>Duszona potrawka z kurczaka z warzywami 350 g <i>(mięso drobiowe, marchew, cukinia, pietruszka, brokuł, fasolka szparagowa, olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, mąka ziemniaczana, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenny 100g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15g <b>M</b></p> <p>Twarożek z natką pietruszki 80 g <b>M</b> <i>(ser twaróg, jogurt naturalny, natka pietruszki)</i></p> <p>Sałata 20g</p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Kefir 200 ml</p> <p>Wafle ryżowe 30 g</p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2292 kcal, białko ogółem 127 g, tłuszcz 65 g, NKT 22 g, węglowodany ogółem 323 g, w tym cukry 44,5 g błonnik 28,6 g, Sód 2730 mg</i></p>					

PONIEDZIAŁEK			DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)		
<p>Płatki owsiane na napoju roślinnym 400 g <b>G5</b> <i>(napój roślinny ryżowy., płatki owsiane błyskawiczne)</i></p> <p>Chleb pszenno- żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100 % roślinna 15 g</p> <p>Wędlina wieprzowa 25 g <b>1</b></p> <p>Dżem niskosłodzony 50 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Pomidor 60 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Gruszka 100 g</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami niezabelona 500 ml <b>S</b> <i>(woda, ziemniaki, brokuł bez różyczek, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ryż basmati 200 g</p> <p>Duszona potrawka z kurczaka z warzywami 350 g <i>(mięso drobiowe, marchew, cukinia, pietruszka, brokuł, fasolka szparagowa, olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, mąka ziemniaczana, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100 % roślinna 15 g</p> <p>Jajko na miękko 60 g <b>J</b></p> <p>Hummus 25 g <b>NS</b></p> <p>Papryka czerwona 30 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna z cukrem 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Sok warzywny 300 ml</p> <p>Wafle ryżowe 30 g</p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2125 kcal, białko ogółem 77 g, tłuszcz 47 g, NKT 11 g, węglowodany ogółem 366 g, w tym cukry 84 g błonnik 44 g, Sód 3180 mg</i></p>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Data: 05.05.2026 r.		WTOREK	
Śniadanie	Obiad	Kolacja	
II śniadanie (wybrane diety)	Posiłek dodatkowy		
<b>WTOREK</b>			
<b>DIETA PODSTAWOWA (D01)</b>			
Zupa mleczna z ryżem 400 ml <b>M</b> <i>(mleko 2% tł., ryż biały)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b> Pomidor 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml Jabłko 100 g	Zupa pieczarkowa z warzywami i makaronem pszennym zabieleną mlekiem 500 ml <b>M G3 S J</b> <i>(woda, makaron pszenny, pieczarki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Gotowane pierogi ruskie <b>G3 M J 6 szt.</b> <i>(mąka pszenna, jaja, ziemniaki, ser twaróg, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy)</i> Jogurt 100 g <b>M</b> Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z oliwą 200 g <i>(kapusta pekińska, marchew, koperek, oliwa, pieprz ziołowy, sól)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Pasta z tuńczyka z jajkiem i warzywami 100 g <b>J S R GR</b> <i>(tuńczyk w sosie własnym, jajko, marchew, pietruszka, seler, majonez, pieprz ziołowy, sól)</i> Papryka czerwona 30 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b> Biskopity bez cukru 20 g <b>G3 M J</b>	
Wartości odżywcze: Energia 2150 kcal, białko ogółem 86 g, tłuszcz 70 g, NKT 25 g, węglowodany ogółem 315 g, w tym cukry: 52 g błonnik 33 g, Sód 2676 mg			
<b>WTOREK</b>			
<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>			
Zupa mleczna z ryżem 400 ml <b>M</b> <i>(mleko 2% tł., ryż biały)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b> Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml Jabłko pieczone z cynamonem 150 g	Zupa warzywna (cukinia, marchew, pietruszka, seler) z makaronem pszennym zabieleną mlekiem 500 ml <b>M G3 S J</b> <i>(woda, makaron pszenny, cukinia, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Gotowane pierogi ruskie <b>G3 M J 6 szt.</b> <i>(mąka pszenna, jaja, ziemniaki, ser twaróg, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy)</i> Jogurt 100g <b>M</b> Bukiet warzyw gotowanych 200g skropione oliwą 5 g <i>(kalafior, brokuł, marchewka, oliwa)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100g <b>G3 G4</b> Margaryna 15g <b>M</b> Pasta z dorsza z warzywami 100 g <b>S R M</b> <i>(Dorsz gotowany, marchew, pietruszka, seler, jogurt naturalny 2% tł., pieprz ziołowy, sól)</i> Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b> Biskopity bez cukru 20 g <b>G3 M J</b>	
Wartości odżywcze: Energia 2073 kcal, białko ogółem 84 g, tłuszcz 55 g, NKT 23 g, węglowodany ogółem 333 g, w tym cukry: 60,5 g błonnik 32 g, Sód 2428 mg			

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

<b>WTOREK</b>			<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
<p>Zupa mleczna z ryżem 400 ml <b>M</b> <i>(mleko 2% tł., ryż biały)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlna drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Jabłko pieczone z cynamonem 150 g</p>		<p>Zupa warzywna (cukinia, marchew, pietruszka, seler) z makaronem pszennym zabieleną mlekiem 500 ml <b>M G3 S J</b> <i>(woda, makaron pszenny, cukinia, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść lauowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Gotowane pierogi ruskie <b>G3 M J</b> 6 szt. <i>(mąka pszenna, jaja, ziemniaki, ser twaróg, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Jogurt 100g <b>M</b></p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 200g <i>(kalafior, brokuł, marchewka)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>		<p>Chleb pszenno-żytni 100g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15g <b>M</b></p> <p>Pasta z dorsza z warzywami 100 g <b>S R M</b> <i>(Dorsz gotowany, marchew, pietruszka, seler, jogurt naturalny 2% tł., pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b></p> <p>Biszkopty bez cukru 20 g <b>G3 M J</b></p>	
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2029 kcal, białko ogółem 84 g, tłuszcz 50 g, NKT 22 g, węglowodany ogółem 333 g, w tym cukry: 60,5 g błonnik 32 g, Sód 2429 mg</i></p>					
<b>WTOREK</b>			<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)</b>		
<p>Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml <b>G4 M</b> <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł.)</i></p> <p>Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlna drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Pomidor 60g</p> <p>Sałata 20g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Jabłko 100 g</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 8 g <b>M</b></p> <p>Ser twaróg 50 g <b>M</b></p> <p>Ogórek 15 g</p> <p>Sałata 10 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p>		<p>Zupa pieczarkowa z warzywami i makaronem pszennym zabieleną mlekiem 500 ml <b>M G3 S J</b> <i>(woda, makaron pszenny, pieczarki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść lauowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Gotowane pierogi z mięsem <b>G3 J</b> 6 szt. <i>(mąka pszenna, jaja, mięso mielone wieprzowe, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z oliwą 200 g <i>(kapusta pekińska, marchew, koperek, oliwa, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>		<p>Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Pasta z tuńczyka z jajkiem i warzywami 100 g <b>J S R GR</b> <i>(tuńczyk w sosie własnym, jajko, marchew, pietruszka, seler, majonez, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Papryka czerwona 30 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b></p> <p>Biszkopty bez cukru 20 g <b>G3 M J</b></p>	
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2259 kcal, białko ogółem 108 g, tłuszcz 85 g, NKT 24 g, węglowodany ogółem 288 g, w tym cukry: 31 g błonnik 39 g, Sód 2871 mg</i></p>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

WTOREK			DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)		
<p>Zupa mleczna z ryżem 400 ml <b>M</b> <i>(mleko 2% tł., ryż biały)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlna drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Jabłko pieczone z cynamonem 150 g</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Serek wiejski 200 g <b>M</b></p>	<p>Zupa warzywna (cukinia, marchew, pietruszka, seler) z makaronem pszennym zabieleną mlekiem 500 ml <b>M G3 S J</b></p> <p>Gotowane pierogi ruskie <b>G3 M J</b> 6 szt. <i>(mąka pszenna, jaja, ziemniaki, ser twaróg, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Jogurt 100g <b>M</b></p> <p>Bukiet warzyw gotowanych 200g <i>(kalafior, brokuł, marchewka)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15g <b>M</b></p> <p>Pasta z dorsza z warzywami 100 g <b>S R M</b> <i>(Dorsz gotowany, marchew, pietruszka, seler, jogurt naturalny 2% tł., pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b></p> <p>Biszkopty bez cukru 20 g <b>G3 M J</b></p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2331 kcal, białko ogółem 108 g, tłuszcz 69 g, NKT 29 g, węglowodany ogółem 342 g, w tym cukry 67,5 g błonnik 33 g, Sód 3205 mg</i></p>					

WTOREK			DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)		
<p>Zupa na napoju roślinnym z ryżem 400 ml <i>(napój roślinny ryżowy, ryż biały)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100 % roślinna 15 g</p> <p>Wędlna drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Pomidor 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Jabłko 100 g</p>	<p>Zupa pieczarkowa z warzywami i makaronem pszennym niezabieleną 500 ml <b>G3 S J</b> <i>(woda, makaron pszenny, pieczarki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Gotowane pierogi z mięsem <b>G3 J</b> 6 szt. <i>(mąka pszenna, jaja, mięso mielone wieprzowe, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z oliwą 200 g <i>(kapusta pekińska, marchew, koperek, oliwa, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100 % roślinna 15 g</p> <p>Pasta z tuńczyka z jajkiem i warzywami 100 g <b>J S R GR</b> <i>(tuńczyk w sosie własnym, jajko, marchew, pietruszka, seler, majonez, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Papryka czerwona 30 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Sok warzywny 300 ml</p> <p>Wafle ryżowe 30 g</p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2236 kcal, białko ogółem 91 g, tłuszcz 72 g, NKT 16 g, węglowodany ogółem 323 g, w tym cukry 58 g błonnik 31 g, Sód 3492 mg</i></p>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Data: 06.05.2026 r.			<b>ŚRODA</b>		
<b>Śniadanie</b> <b>II śniadanie (wybrane diety)</b>		<b>Obiad</b>		<b>Kolacja</b> <b>Posiłek dodatkowy</b>	
<b>ŚRODA</b>			<b>DIETA PODSTAWOWA (D01)</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml <b>M G3 J</b> <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Wędlina wieprzowa 50 g <b>1</b> Ser żółty 25 g <b>M</b> Sałata 20g Ogórek 15g Herbata czarna 300 ml Banan 120 g		Zupa grysikowa z kalafiem i warzywami 500 ml <b>G3 S</b> <i>(woda, kasza manna, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól)</i> Ziemniaki 250 g Gotowany gołąbek 150 g <i>(kapusta, ryż biały, mięso drobiowe, cebula, pieprz ziołowy, sól)</i> w sosie pomidorowym z natką pietruszki 50 g <i>(koncentrat pomidory, mąka ziemniaczana, ziele angielskie, liść laurowy, olej rzepakowy, natka pietruszki)</i> Herbata owocowa 300 ml		Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Ser twaróg (80 g) z rzodkiewką (15 g) i natką pietruszki 3 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, rzodkiewka, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i> Pomidor 60 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt naturalny 150 g <b>M</b> Herbatniki 25 g <b>G3 M J</b>	
Wartości odżywcze: Energia 2095 kcal, białko ogółem 101 g, tłuszcz 49 g, NKT 18 g, węglowodany ogółem 326 g, w tym cukry: 69 g błonnik 26 g, Sód 2622 mg					
<b>ŚRODA</b>			<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml <b>M G3 J</b> <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Schab 50 g <b>1</b> Sałata 20 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna 300 ml Banan 120 g		Zupa grysikowa z kalafiem i warzywami 500 ml <b>G3 S</b> <i>(woda, kasza manna, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól)</i> Risotto z duszonym mięsem drobiowym z gotowanymi warzywami w sosie własnym 500 g <b>S</b> <i>(ryż biały, mięso drobiowe, brokuł bez łodygi, marchew, pietruszka, seler, cukinia, mąka ziemniaczana, ziele angielskie, liść laurowy, olej rzepakowy, natka pietruszki, pieprz ziołowy, sól)</i> w sosie własnym 500g <b>S</b> Herbata owocowa 300 ml		Chleb pszenno-żytni 100g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Ser twaróg (80 g) i natką pietruszki 3 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i> Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt naturalny 150 g <b>M</b>	
Wartości odżywcze: Energia 2146 kcal, białko ogółem 107 g, tłuszcz 49 g, NKT 13,6 g, węglowodany ogółem 334 g, w tym cukry: 69 g błonnik 27 g, Sód 1980 mg					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

<b>ŚRODA</b>		<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>	
<p>Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml <b>M G3 J</b> <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Schab 50 g <b>1</b></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Banan 120 g</p>	<p>Zupa grysikowa z kalafiem i warzywami 500 ml <b>G3 S</b> <i>(woda, kasza manna, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Risotto z duszonym mięsem drobiowym z gotowanymi warzywami w sosie własnym 500 g <b>S</b> <i>(ryż biały, mięso drobiowe, brokuł bez łodygi, marchew, pietruszka, seler, cukinia, mąka ziemniaczana, ziele angielskie, liść laurowy, olej rzepakowy, natka pietruszki, pieprz ziołowy, sól) w sosie własnym 500g S</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Ser twaróg (80 g) i natką pietruszki 3 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt naturalny 150 g <b>M</b></p>	<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2146 kcal, białko ogółem 107 g, tłuszcz 49 g, NKT 13,6 g, węglowodany ogółem 334 g, w tym cukry: 69 g błonnik 27 g, Sód 1980 mg</i></p>
<b>ŚRODA</b>		<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)</b>	
<p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300 ml <b>G4 M</b> <i>(kawa zbożowa Anadol, woda, mleko 2% tł.)</i></p> <p>Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlina wieprzowa 50 g <b>1</b></p> <p>Ser żółty 25 g <b>M</b></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Ogórek 15 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Gruszka 100 g</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 8 g <b>M</b></p> <p>Hummus 25 g <b>NS</b></p> <p>Ogórek 15 g</p> <p>Sałata 10 g</p> <p>Herbata czarna bez cukru 300 ml</p>	<p>Zupa grysikowa z kalafiem i warzywami 500 ml <b>G3 S</b> <i>(woda, kasza manna, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki 250 g</p> <p>Gotowany gołąbek 150 g <i>(kapusta, ryż biały, mięso drobiowe, cebula, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>w sosie pomidorowym z natką pietruszki 50 g <i>(koncentrat pomidory, mąka ziemniaczana, ziele angielskie, liść laurowy, olej rzepakowy, natka pietruszki)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Ser twaróg (80 g) z rzodkiewką (15 g) i natką pietruszki 3 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, rzodkiewka, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Pomidor 60 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt naturalny 150 g <b>M</b></p>	<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2288 kcal, białko ogółem 115 g, tłuszcz 55 g, NKT 22 g, węglowodany ogółem 335 g, w tym cukry: 39 g błonnik 36 g, Sód 2976 mg</i></p>

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

ŚRODA		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)	
<p>Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml <b>M G3 J</b> (<i>mleko 2% tł., makaron pszenny</i>)</p> <p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Szab 50 g <b>1</b></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Banan 120 g</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Serek wiejski 200 g <b>M</b></p>	<p>Zupa grysikowa z kalafiem i warzywami 500 ml <b>G3 S</b> (<i>woda, kasza manna, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól</i>)</p> <p>Risotto z duszonym mięsem drobiowym z gotowanymi warzywami w sosie własnym 500 g <b>S</b> (<i>ryż biały, mięso drobiowe, brokuł bez łodygi, marchew, pietruszka, seler, cukinia, mąka ziemniaczana, ziele angielskie, liść laurowy, olej rzepakowy, natka pietruszki, pieprz ziołowy, sól</i>) w sosie własnym 500g <b>S</b></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Ser twaróg (80 g) i natką pietruszki 3 g <b>M</b> (<i>ser twaróg półtłusty, jogurt, natka pietruszki, pieprz ziołowy</i>)</p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Jogurt naturalny 150 g <b>M</b></p>	
<p>Wartości odżywcze: Energia 2348 kcal, białko ogółem 131 g, tłuszcz 58 g, NKT 19 g, węglowodany ogółem 341 g, w tym cukry 75 g błonnik 27 g, Sód 2743 mg</p>			

ŚRODA		DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)	
<p>Zupa na napoju roślinnym z makaronem pszennym 400 ml <b>G3 J</b> (<i>napój roślinny ryżowy, makaron pszenny</i>)</p> <p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100 % roślinna 15 g</p> <p>Wędlina wieprzowa 50 g <b>1</b></p> <p>Hummus 25 g <b>NS</b></p> <p>Sałata 20g</p> <p>Ogórek 15g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Banan 120 g</p>	<p>Zupa grysikowa z kalafiem i warzywami 500 ml <b>G3 S</b> (<i>woda, kasza manna, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól</i>)</p> <p>Ziemniaki 250 g</p> <p>Gotowany gołąbek 150 g (<i>kapusta, ryż biały, mięso drobiowe, cebula, pieprz ziołowy, sól</i>)</p> <p>w sosie pomidorowym z natką pietruszki 50 g (<i>koncentrat pomidory, mąka ziemniaczana, ziele angielskie, liść laurowy, olej rzepakowy, natka pietruszki</i>)</p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100 % roślinna 15 g</p> <p>Jajko na miękko 60 g <b>J</b></p> <p>Wędlina drobiowa 25 g <b>1</b></p> <p>Pomidor 60 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Sok warzywny 300 ml</p> <p>Wafle ryżowe 30 g</p>	
<p>Wartości odżywcze: Energia 2226 kcal, białko ogółem 102 g, tłuszcz 42 g, NKT 9 g, węglowodany ogółem 369 g, w tym cukry 71 g błonnik 33 g, Sód 4496 mg</p>			

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Data: 07.05.2026 r. <span style="float: right;">CZWARTEK</span>		
Śniadanie II śniadanie (wybrane diety)	Obiad	Kolacja Posiłek dodatkowy
<b>CZWARTEK</b> <span style="float: right;"><b>DIETA PODSTAWOWA (D01)</b></span>		
Płatki owsiane na mleku 400 g <b>G5 M</b> <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Ser żółty 25 g <b>M</b> Dżem niskosłodzony 50 g Pomidor 60 g Herbata czarna 300 ml Gruszka 100 g	Zupa z soczewicy z warzywami i makaronem pszennym zabieleną mlekiem 500 ml <b>G3 J S M</b> <i>(woda, makaron pszenny, soczewica, brokuł, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł., ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200 g Gotowane mięso wieprzowe w sosie własnym 150 g <i>(łopatka wieprzowa, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Gotowana czerwona kapusta z oliwą 200 g <i>(kapusta czerwona, oliwa, cytryna, sól, pieprz ziołowy)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b> Papryka czerwona 30 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b> Wafle ryżowe 20 g
Wartości odżywcze: Energia 2076 kcal, białko ogółem 92 g, tłuszcz 59,4 g, NKT 20,7 g, węglowodany ogółem 313 g, w tym cukry: 76 g błonnik 37 g, Sód 2996 mg		
<b>CZWARTEK</b> <span style="float: right;"><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)</b></span>		
Płatki owsiane na mleku 400 g <b>G5 M</b> <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenno-żytni 100g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Jajko na miękko 120 g <b>J</b> Dżem niskosłodzony 30 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna 300 ml Mus owocowy z przetartych owoców 100g	Zupa z brokułowa (rózyczki bez łydgy) z warzywami i makaronem pszennym zabieleną mlekiem 500 ml <b>G3 J S M</b> <i>(woda, makaron pszenny, brokuł, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł. ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200 g Gotowane mięso drobiowe w sosie własnym 150 g <i>(mięso drobiowe, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Sałata z jogurtem, oliwą i koperkiem 200 g <b>M</b> <i>(sałata, jogurt naturalny 2%, oliwa, koperek)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b> Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b> Wafle ryżowe 20 g
Wartości odżywcze: Energia 2057kcal, białko ogółem 97 g, tłuszcz 56,5 g, NKT 18,7 g, węglowodany ogółem 309 g, w tym cukry: 54 g błonnik 29,2 g, Sód 2591 mg		

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

<b>CZWARTEK</b>			<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
<p>Płatki owsiane na mleku 400 g <b>G5 M</b> <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i></p> <p>Chleb pszenno- żytni 100g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Białko jaja kurzego (jajka bez żółtek) 120 g <b>J</b></p> <p>Dżem niskosłodzony 30 g</p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Mus owocowy z przetartych owoców 100g</p>		<p>Zupa z brokułowa (różyczki bez łodyg) z warzywami i makaronem pszennym zabiela mlekem 500 ml <b>G3 J S M</b> <i>(woda, makaron pszenny, brokuł, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Gotowane mięso drobiowe w sosie własnym 150 g <i>(mięso drobiowe, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Sałata z jogurtem, oliwą i koperkiem 200g <b>M</b> <i>(sałata, jogurt naturalny 2%, oliwa, koperek)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>		<p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b> Wafle ryżowe 20 g</p>	
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 1947 kcal, białko ogółem 92,6 g, tłuszcz 45 g, NKT 15 g, węglowodany ogółem 308 g, w tym cukry: 55 g błonnik 29 g, Sód 2659 mg</i></p>					
<b>CZWARTEK</b>			<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)</b>		
<p>Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml <b>G4 M</b> <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł.)</i></p> <p>Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Ser żółty 50 g <b>M</b></p> <p>Pomidor 60g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Gruszka 100g</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 8 g <b>M</b></p> <p>Ser twaróg 50 g <b>M</b></p> <p>Ogórek 15 g</p> <p>Sałata 10 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p>		<p>Zupa z soczewicy z warzywami i makaronem pszennym zabiela mlekem 500 ml <b>G3 J S M</b> <i>(woda, makaron pszenny, soczewica, brokuł, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Gotowane mięso wieprzowe w sosie własnym 150 g <i>(wieprzowina, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Gotowana czerwona kapusta z oliwą 200 g <i>(kapusta czerwona, oliwa, cytryna, sól, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>		<p>Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Papryka czerwona 30 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b></p>	
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2081 kcal, białko ogółem 105 g, tłuszcz 68 g, NKT 25 g, węglowodany ogółem 283 g, w tym cukry: 29 g błonnik 43 g, Sód 3444 mg</i></p>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

CZWARTEK			DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)		
<p>Płatki owsiane na mleku 400 g <b>G5 M</b> <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i></p> <p>Chleb pszenno- żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Jajko na miękko 120 g <b>J</b></p> <p>Dżem niskosłodzony 50 g</p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Mus owocowy z przetartych owoców 100g</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Serek wiejski 200 g <b>M</b></p>	<p>Zupa z brokułowa (rózyczki bez łydgy) z warzywami) i makaronem pszennym zabieleną mlekiem 500 ml <b>G3 J S M</b> <i>(woda, makaron pszenny, brokuł, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Gotowane mięso drobiowe w sosie własnym 150 g <i>(mięso drobiowe, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Sałata z jogurtem, oliwą i koperkiem 200 g <b>M</b> <i>(sałata, jogurt naturalny 2%, oliwa, koperek)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15 g <b>M</b></p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b></p> <p>Wafle ryżowe 20 g</p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2260 kcal, białko ogółem 119 g, tłuszcz 65 g, NKT 24 g, węglowodany ogółem 315 g, w tym cukry 61 g błonnik 29 g, Sód 3350 mg</i></p>					

CZWARTEK			DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)		
<p>Płatki owsiane na napoju roślinnym 400 g <b>G5</b> <i>(napój roślinny ryżowy., płatki owsiane błyskawiczne)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100% roślinna 15 g</p> <p>Hummus 25 g <b>NS</b></p> <p>Dżem niskosłodzony 50 g</p> <p>Pomidor 60 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Gruszka 100 g</p>	<p>Zupa z brokułowa (rózyczki bez łydgy) z warzywami) i makaronem pszennym niezabieleną mlekiem 500 ml <b>G3 J S</b> <i>(woda, makaron pszenny, brokuł, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Gotowane mięso wieprzowe w sosie własnym 150 g <i>(wieprzowina, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Gotowana czerwona kapusta z oliwą 200 g <i>(kapusta czerwona, oliwa, cytryna, sól, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100% roślinna 15 g</p> <p>Wędlina drobiowa 50 g <b>1</b></p> <p>Papryka czerwona 30 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Sok warzywny 300 ml</p> <p>Wafle ryżowe 30 g</p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2126 kcal, białko ogółem 80 g, tłuszcz 50 g, NKT 11,5 g, węglowodany ogółem 352 g, w tym cukry 88 g błonnik 38 g, Sód 3738 mg</i></p>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Data: 08.05.2026 r.		PIĄTEK	
Śniadanie II śniadanie (wybrane diety)	Obiad	Kolacja Posiłek dodatkowy	
<b>PIĄTEK</b>		<b>DIETA PODSTAWOWA (D01)</b>	
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml <b>M G3 J</b> <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15g <b>M</b> Pasta jajeczna 100g <b>J M GR</b> <i>(jaja, majonez, jogurt naturalny, pieprz ziołowy, sól, koperek, natka pietruszki /szczypiorek)</i> Pomidor 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml Gruszka 100 g	Zupa szpinakowa z ryżem i warzywami zabelana mlekiem 500 ml <b>S M</b> <i>(woda, ryż, szpinak, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Ziemniaki 200g Gotowana ryba z warzywami po grecku (w sosie pomidorowym) z oliwą 300 g <b>R S</b> <i>(Dorsz, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, oliwa, ziele angielskie, liść laurowy, sól)</i> Herbata czarna 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15g <b>M</b> Ser twaróg z rzodkiewką i natką pietruszki 80 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, rzodkiewka, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i> Sałata 20 g Papryka czerwona 30 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Kefir 200 g <b>M</b> Biszkopty bez cukru 20 g <b>G3 M J</b>	
Wartości odżywcze: Energia 2033 kcal, białko ogółem 100 g, tłuszcz 54,6 g, NKT 17,6 g, węglowodany ogółem 304 g, w tym cukry: 55 g błonnik 32 g, Sód 2273 mg			
<b>PIĄTEK</b>		<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>	
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml <b>M G3 J</b> <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 100g <b>G3 G4</b> Margaryna 15g <b>M</b> Wędlina drobiowa 50g <b>1</b> Pomidor bez skórki 60g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml Banan 120g	Zupa szpinakowa z ryżem i warzywami zabelana mlekiem 500 ml <b>S M</b> <i>(woda, ryż, szpinak, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Ziemniaki 200g Gotowana ryba z marchewką w sosie własnym skropiona oliwą 300 g <b>R S</b> <i>(Dorsz, marchew, seler, oliwa, ziele angielskie, liść laurowy, sól)</i> Herbata czarna 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100g <b>G3 G4</b> Margaryna 15g <b>M</b> Ser twaróg z natką pietruszki 80 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i> Sałata 20g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt naturalny 150 g <b>M</b> Biszkopty bez cukru 20 g <b>G3 M J</b>	
Wartości odżywcze: Energia 1972 kcal, białko ogółem 97 g, tłuszcz 41 g, NKT 14 g, węglowodany ogółem 320 g, w tym cukry: 57 g błonnik 28 g, Sód 2666 mg			

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

PIĄTEK			DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml <b>M G3 J</b> <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 100g <b>G3 G4</b> Margaryna 15g <b>M</b> Wędlina drobiowa 50g <b>1</b> Pomidor bez skórki 60g Sałata 20g Herbata czarna 300 ml Banan 120g	Zupa szpinakowa z ryżem i warzywami zabelana mlekiem 500 ml <b>S M</b> <i>(woda, ryż, szpinak, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Ziemniaki 200g Gotowana ryba z marchewką w sosie własnym skropiona oliwą 300 g <b>R S</b> <i>(Dorsz, marchew, seler, ziele angielskie, liść laurowy, sól)</i> Herbata czarna 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100g <b>G3 G4</b> Margaryna 15g <b>M</b> Ser twaróg z natką pietruszki 80 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i> Sałata 20g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt naturalny 150 g <b>M</b> Biszkopty bez cukru 20 g <b>G3 M J</b>			
<b>Wartości odżywcze: Energia 1972 kcal, białko ogółem 97 g, tłuszcz 41 g, NKT 14 g, węglowodany ogółem 320 g, w tym cukry: 57 g błonnik 28 g, Sód 2666 mg</b>					
PIĄTEK			DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml <b>G4 M</b> Chleb graham 100g <b>G3 G4</b> Margaryna 15g <b>M</b> Pasta jajeczna 100g <b>J M GR</b> <i>(jaja, majonez, jogurt naturalny, pieprz ziołowy, sól, koperek, natka pietruszki /szczypiorek)</i> Pomidor 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml Gruszka 100 g  <b>II ŚNIADANIE:</b> Chleb graham 50g <b>G3 G4</b> Margaryna 8 g <b>M</b> Wędlina drobiowa 25 g <b>1</b> Ogórek 15 g Sałata 10 g Herbata czarna 300 ml	Zupa szpinakowa z ryżem i warzywami zabelana mlekiem 500 ml <b>S M</b> <i>(woda, ryż, szpinak, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Ziemniaki 200g Gotowana ryba z warzywami po grecku (w sosie pomidorowym) z oliwą 300 g <b>R S</b> <i>(Dorsz, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, oliwa, ziele angielskie, liść laurowy, sól)</i> Herbata czarna 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15g <b>M</b> Ser twaróg z rzodkiewką i natką pietruszki 80 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, rzodkiewka, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i> Sałata 20 g Papryka czerwona 30 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Kefir 200 g <b>M</b> Biszkopty bez cukru 20 g <b>G3 M J</b>			
<b>Wartości odżywcze: Energia 2110 kcal, białko ogółem 105 g, tłuszcz 58 g, NKT 18 g, węglowodany ogółem 314 g, w tym cukry: 44,4 g, błonnik 40 g, Sód 3007 mg</b>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

PIĄTEK		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)	
<p>Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml <b>M G3 J</b> <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 100g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15g <b>M</b></p> <p>Wędlna drobiowa 50g <b>1</b></p> <p>Pomidor bez skórki 60g</p> <p>Sałata masłowa 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Banan 120g</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Serek wiejski 200 g <b>M</b></p>	<p>Zupa szpinakowa z ryżem i warzywami zabieleną mlekiem 500 ml <b>S M</b> <i>(woda, ryż, szpinak, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki 200g</p> <p>Gotowana ryba z marchewką w sosie własnym skropiona oliwą 300 g <b>R S</b> <i>(Dorsz, marchew, seler, oliwa, ziele angielskie, liść laurowy, sól)</i></p> <p>Herbata czarna 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15g <b>M</b></p> <p>Ser twaróg z natką pietruszki 80 g <b>M</b> <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i></p> <p>Sałata 20g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Jogurt naturalny 150 g <b>M</b></p> <p>Biszkopty bez cukru 20 g <b>G3 M J</b></p>	
<p><b>Wartości odżywcze: Energia 2174 kcal, białko ogółem 122 g, tłuszcz 50 g, NKT 19,5 g, węglowodany ogółem 327 g, w tym cukry 74 g błonnik 28 g, Sód 3426 mg</b></p>			

PIĄTEK		DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)	
<p>Zupa z makaronem pszennym na napoju roślinnym 400 ml <b>G3 J</b> <i>(napój roślinny ryżowy, makaron pszenny)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100% roślinna 15g</p> <p>Jajko na miękko 120 g <b>J</b></p> <p>Pomidor 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p>Gruszka 100 g</p>	<p>Zupa szpinakowa z ryżem i warzywami niezabieleną mlekiem 500 ml <b>S</b> <i>(woda, ryż, szpinak, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki 200g</p> <p>Gotowana ryba z warzywami po grecku (w sosie pomidorowym) z oliwą 300 g <b>R S</b> <i>(Dorsz, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, oliwa, ziele angielskie, liść laurowy, sól)</i></p> <p>Herbata czarna 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100% roślinna 15g</p> <p>Wędlna wieprzowa 50 g <b>1</b></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Papryka czerwona 30 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Sok warzywny 300 ml</p> <p>Wafle ryżowe 30 g</p>	
<p><b>Wartości odżywcze: Energia 2067 kcal, białko ogółem 87 g, tłuszcz 45 g, NKT 11 g, węglowodany ogółem 347 g, w tym cukry 64 g błonnik 38 g, Sód 3533 mg</b></p>			

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Data: 09.05.2026 r.			SOBOTA		
Śniadanie II śniadanie (wybrane diety)		Obiad		Kolacja Posiłek dodatkowy	
<b>SOBOTA</b>			<b>DIETA PODSTAWOWA (D01)</b>		
Kasza manna na mleku 400 ml <b>G3 M</b> <i>(mleko 2% tł., kasza manna)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Wędlina wieprzowa 50 g <b>1</b> Sałata 20 g Ogórek kiszony 30 g Jabłko 100 g Herbata czarna 300 ml		Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabelana mlekiem 500 ml <b>M J G3 S</b> <i>(makaron pszenny, marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, mleko 2% tł., natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Kasza gryczana 200 g Duszony gulasz drobiowy 120 g <i>(mięso drobiowe, olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, mąka ziemniaczana), pieprz ziołowy, papryka słodka, sól)</i> Surówka z białej kapusty z marchewką, koperkiem i olejem rzepakowym 200 g <i>(kapusta biała, marchew, koperek, oliwa, pieprz ziołowy, sól, cytryna)</i> Herbata owocowa 300 ml		Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b> Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15 g <b>M</b> Pieczony pasztet z mięsa drobiowego 60 g <b>1 G3 J</b> Sałata 20 g Rzodkiewka 30 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g <b>M</b> Herbatniki 25 g <b>G3 M J</b>	
Wartości odżywcze: Energia 2043 kcal, białko ogółem 88 g, tłuszcz 65 g, NKT 19 g, węglowodany ogółem 296 g, w tym cukry: 61 g błonnik 36 g, Sód 2956 mg					
<b>SOBOTA</b>			<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>		
Kasza manna na mleku 400 ml <b>G3 M</b> <i>(mleko 2% tł., kasza manna)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15g <b>M</b> Wędlina wieprzowa 50 g <b>1</b> Pomidor bez skóry 60 g Jabłko pieczone z cynamonem 150 g Herbata czarna 300 ml		Zupa kartoflanka z zabelana mlekiem 500 ml <b>M G3 S J 2</b> <i>(ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, mleko 2% tł., natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Ziemniaki gotowane 200g Duszony gulasz drobiowy 120 g <i>(mięso drobiowe, olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, mąka ziemniaczana), pieprz ziołowy, papryka słodka, sól)</i> Mix gotowanych warzyw polanych oliwą 200 g <b>S</b> <i>(marchew, pietruszka, seler, brokuł- bez todygi)</i> Herbata owocowa 300 ml		Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b> Margaryna 15g <b>M</b> Pieczony pasztet z mięsa drobiowego 60 g <b>1 G3 J</b> Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml  <b>POSIŁEK DODATKOWY:</b> Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150g <b>M</b> Herbatniki 25 g <b>G3 M J</b>	
Wartości odżywcze: Energia 2086 kcal, białko ogółem 84,6 g, tłuszcz 65,9 g, NKT 18,6 g, węglowodany ogółem 307 g, w tym cukry: 56,6 g błonnik 33,5 g, Sód 2712 mg					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

<b>SOBOTA</b>		
<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
<p>Kasza manna na mleku 400 ml <b>G3 M</b> <i>(mleko 2% tł., kasza manna)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15g <b>M</b></p> <p>Wędlna wieprzowa 50 g <b>1</b></p> <p>Pomidor bez skóry 60 g</p> <p>Jabłko pieczone z cynamonem 150 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p>	<p>Zupa kartoflanka z zabelana mlekiem 500 ml <b>M G3 S J</b> <i>(ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, , mleko 2 % tł., natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki gotowane 200g</p> <p>Duszony gulasz drobiowy 120 g <i>(mięso drobiowe, olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, mąka ziemniaczana), pieprz ziołowy, papryka słodka, sól)</i></p> <p>Mix gotowanych warzyw polanych oliwą 200 g <b>S</b> <i>(marchew, pietruszka, seler, brokuł- bez todayi)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15g <b>M</b></p> <p>Pieczone pasztet z mięsa drobiowego 60 g <b>1 G3 J</b></p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150g <b>M</b></p> <p>Herbatniki 25 g <b>G3 M J</b></p>
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2086 kcal, białko ogółem 84,6 g, tłuszcz 65,9 g, NKT 18,6 g, węglowodany ogółem 307 g, w tym cukry: 56,6 g błonnik 33,5 g, Sód 2712 mg</i></p>		
<b>SOBOTA</b>		
<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)</b>		
<p>Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml <b>G4 M</b></p> <p>Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml <b>M G3 J</b> <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i></p> <p>Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15g <b>M</b></p> <p>Wędlna wieprzowa 50g <b>1</b></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Ogórek kiszony 30g</p> <p>Jabłko 100g</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 8 g <b>M</b></p> <p>Ser twaróg 50 g <b>M</b></p> <p>Ogórek 15 g</p> <p>Sałata 10 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabelana mlekiem 500 ml <b>M J G3 S</b> <i>(makaron pszenny, marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, mleko 2 % tł., natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Kasza gryczana 200 g</p> <p>Duszony gulasz drobiowy 120 g <i>(mięso drobiowe, olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, mąka ziemniaczana), pieprz ziołowy, papryka słodka, sól)</i></p> <p>Surówka z białej kapusty z marchewką, koperkiem i olejem rzepakowym 200 g <i>(kapusta biała, marchew, koperek, oliwa, pieprz ziołowy, sól, cytryna)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb graham 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15g <b>M</b></p> <p>Pieczone pasztet z mięsa drobiowego 60 g <b>1 G3 J</b></p> <p>Sałata 20g</p> <p>Rzodkiewka 30g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150g <b>M</b></p>
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2061 kcal, białko ogółem 95,6 g, tłuszcz 67,5 g, NKT 20 g, węglowodany ogółem 290 g, w tym cukry: 41,6 g błonnik 43,4 g, Sód 3108 mg</i></p>		

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

SOBOTA			DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)		
<p>Kasza manna na mleku 400 ml <b>G3 M</b> <i>(mleko 2% tł., kasza manna)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15g <b>M</b></p> <p>Wędlina wieprzowa 50 g <b>1</b></p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Jabłko pieczone z cynamonem 150 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>II ŚNIADANIE:</b></p> <p>Serek wiejski 200g <b>M</b></p>	<p>Zupa kartoflanka z zabelana mlekiem 500 ml <b>M G3 S J</b> <i>(ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, mleko 2% tł., natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Ziemniaki gotowane 200g</p> <p>Duszony gulasz drobiowy 120 g <i>(mięso drobiowe, olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, mąka ziemniaczana), pieprz ziołowy, papryka słodka, sól)</i></p> <p>Mix gotowanych warzyw polanych oliwą 200 g <b>S</b> <i>(marchew, pietruszka, seler, brokuł- bez todayi)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 15g <b>M</b></p> <p>Pieczone pasztet z mięsa drobiowego 60 g <b>1 G3 J</b></p> <p>Pomidor bez skórki 60 g</p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150g <b>M</b></p> <p>Herbatniki 25 g <b>G3 M J</b></p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2288 kcal, białko ogółem 110 g, tłuszcz 74,5 g, NKT 24 g, węglowodany ogółem 314 g, w tym cukry 63 g błonnik 33,5 g, Sód 3472 mg</i></p>					

SOBOTA			DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)		
<p>Kasza manna na napoju roślinnym 400 ml <b>G3</b> <i>(napój roślinny ryżowym, kasza manna)</i></p> <p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100% roślinna 15 g</p> <p>Wędlina wieprzowa 50 g <b>1</b></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Ogórek kiszony 30 g</p> <p>Jabłko 100 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem pszennym niezabelana mlekiem 500 ml <b>J G3 S</b> <i>(makaron pszenny, marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy., natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i></p> <p>Kasza gryczana 200 g</p> <p>Duszony gulasz drobiowy 120 g <i>(mięso drobiowe, olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, mąka ziemniaczana), pieprz ziołowy, papryka słodka, sól)</i></p> <p>Surówka z białej kapusty z marchewką, koperkiem i olejem rzepakowym 200 g <i>(kapusta biała, marchew, koperek, oliwa, pieprz ziołowy, sól, cytryna)</i></p> <p>Herbata owocowa 300 ml</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Chleb graham 50 g <b>G3 G4</b></p> <p>Margaryna 100% roślinna 15 g</p> <p>Pieczone pasztet z mięsa drobiowego 60 g <b>1 G3 J</b></p> <p>Sałata 20 g</p> <p>Rzodkiewka 30 g</p> <p>Herbata czarna 300 ml</p> <p><b>POSIŁEK DODATKOWY:</b></p> <p>Sok warzywny 300 ml</p> <p>Wafle ryżowe 30 g</p>			
<p><i>Wartości odżywcze: Energia 2067 kcal, białko ogółem 82 g, tłuszcz 56 g, NKT 12 g, węglowodany ogółem 328 g, w tym cukry 66 g błonnik 35 g, Sód 3754 mg</i></p>					

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, tubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.