

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 07.06.2026 r. DO 20.06.2026 r.

Data: 07.06.2026 r. NIEDZIELA		
Śniadanie	Obiad	Kolacja
II śniadanie (wybrane diety)		Posiłek dodatkowy
NIEDZIELA	DIETA PODSTAWOWA (D01)	
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml G4 M <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł., cukier)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Parówka drobiowa 50 g 1 Ketchup 20 g S Musztarda 20 g GR Ogórek 15 g Sałata 20 g Jabłko 100 g	Rosół z makaronem pszennym, warzywami i natką pietruszki 400 ml G3 J S <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 G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina wieprzowa 25 g 1 Hummus 25 g NS Papryka czerwona 30 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M Herbatniki 25 g G3 M
<i>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</i>		
NIEDZIELA	DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)	
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml G4 M <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł., cukier)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Jajko na miękko 60 g J 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 G3 J S <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 G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M Herbatniki 25 g G3 M
<i>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</i>		

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.

NIEDZIELA			DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)		
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml G4 M <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł., cukier)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Ser twaróg 50 g M 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 G3 J S <i>(wywar drobiowy, woda, makaron pszenny, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200 g Udko gotowane bez skóry 130 g <i>(udko kurczaka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Buraczki gotowane z oliwą 200g <i>(buraki, cytryna, oliwa, pieprz ziołowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Herbata owocowa 300 ml		Chleb pszenno-żytni 100g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M Herbatniki 25 g G3 M	
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					
NIEDZIELA			DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml G4 M <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł.)</i> Chleb graham 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Parówka drobiowa 50 g 1 Ketchup 20 g S Musztarda 20 g GR Ogórek 15 g Sałata 20 g Jabłko 100 g Herbata czarna 300 ml II ŚNIADANIE: Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 8 g M Ser twaróg 50 g M Ogórek 15 g Sałata 10 g Herbata czarna 300 ml		Zupa makaronowa z makaronem pszennym, warzywami (marchew, pietruszka, seler) i natką pietruszki 400 ml G3 J S <i>(wywar drobiowy, woda, makaron pszenny, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200 g Udko gotowane z kurczaka 130 g <i>(udko z kurczaka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Sałata z jogurtem i pomidorem 200 g M <i>(sałata, pomidor, jogurt naturalny 2% tł., pieprz ziołowy)</i> Herbata owocowa 300 ml		Chleb graham 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina wieprzowa 50 g 1 Hummus 25 g NS Papryka czerwona 30 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M	
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					

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.

NIEDZIELA		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)	
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml G4 M <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł., cukier)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Ser twaróg z koperkiem 50 g M <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, koperek)</i> Dżem niskosłodzony 50 g Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Banan 120 g II ŚNIADANIE: Serek wiejski 200 g M	Zupa makaronowa z makaronem pszennym, warzywami (marchew, pietruszka, seler) i natką pietruszki 400 ml G3 J S <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 200g <i>(buraki, cytryna, oliwa, pieprz ziółowy, sól)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M Herbatniki 25 g G3 M	
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			

NIEDZIELA	DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)	
Kawa zbożowa z napojem roślinnym 300 ml G4 <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, napój ryżowy, cukier)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100 % roślinna 15 g Parówka drobiowa 50 g 1 Ketchup 20 g S Musztarda 20 g GR Ogórek 15 g Sałata 20 g Jabłko 100 g	Rosół z makaronem pszennym, warzywami i natką pietruszki 400 ml G3 J S <i>(wywar drobiowy, makaron pszenny, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200 g Udko gotowane bez skóry 130 g <i>(udko z kurczaka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Buraczki gotowane z oliwą 200g <i>(buraki, cytryna, oliwa, pieprz ziołowy, sól)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100 % roślinna 15 g Wędlina wieprzowa 50 g 1 Hummus 25 g NS Papryka czerwona 30 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Sok warzywny 300 ml Wafle ryżowe 30 g
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		

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: 08.06.2026 r. PONIEDZIAŁEK		
Śniadanie II śniadanie (wybrane diety)	Obiad	Kolacja Posiłek dodatkowy
PONIEDZIAŁEK		
DIETA PODSTAWOWA (D01)		
Płatki owsiane na mleku 400 g G5 M <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Sałata 20 g Ogórek 15 g Gruszka 100 g Herbata czarna ml	Zupa ogórkowa z ryżem zabelana mlekiem 500 ml M S <i>(woda, ryż, marchew, pietruszka, seler, ogórki kiszane, natka pietruszki, mleko 2% tł., ziele angielskie, liść lauowy, pieprz ziółowy, sól)</i> Naleśniki z twarogiem 250 g (2 szt.) G3 J M <i>(mąka pszenna, mleko 2 % tłuszczu, jaja, woda, twaróg półtłusty, jogurt naturalny, cukier wanilinowy, olej rzepakowy)</i> I polewą jogurtowo- truskawkową 100 g M <i>(jogurt naturalny, truskawki)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Pasta z tuńczyka z jajkiem i warzywami 100 g J S R GR <i>(tuńczyk w sosie własnym, jajko, marchew, pietruszka, seler, majonez, pieprz ziółowy, sól)</i> Papryka czerwona 30 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Kefir 200 g M Wafle ryżowe 30 g
Wartości odżywcze: Energia 1995 kcal, białko ogółem 102 g, tłuszcz 58 g, NKT 17,5 g, węglowodany ogółem 279 g, w tym cukry 57 g g błonnik 24 g, Sód 2172 mg		
PONIEDZIAŁEK		
DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)		
Płatki owsiane na mleku 400 g G5 M <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Sałata 20 g Pomidor bez skórki 60 g Mus owocowy z przetartych owoców 100 g Herbata czarna 300 ml	Kartoflanka z fasolką szparagową i warzywami zabelana mlekiem 500 ml M S <i>(woda, ziemniaki, fasolka szparagowa, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł., liść lauowy, ziele angielskie, pieprz ziółowy, sól)</i> Naleśniki z twarogiem 250 g (2 szt.) G3 J M <i>(mąka pszenna, mleko 2 % tłuszczu, jaja, woda, twaróg półtłusty, jogurt naturalny, cukier wanilinowy, olej rzepakowy)</i> I polewą jogurtowo- truskawkową (przetartą przez sito) 100 g M <i>(jogurt naturalny, truskawki)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenny 100 g G3 G4 Margaryna 15g M Pasta rybna z warzywami 100 g S R M <i>(Dorsz gotowany, marchew, pietruszka, seler, jogurt naturalny 2% tł., pieprz ziółowy, sól)</i> Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Kefir 200 g M Wafle ryżowe 30 g
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		

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

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)	
Płatki owsiane na mleku 400 g G5 M <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Sałata 20 g Pomidor bez skórki 50 g Mus owocowy z przetartych owoców 100 g Herbata czarna 300 ml II ŚNIADANIE: Serek wiejski 200 g M	Kartoflanka z fasolką szparagową i warzywami zabieleną mlekiem 500 ml M S <i>(woda, ziemniaki, fasolka szparagowa, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł., liść lauowy, ziele angielskie, sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200 g Naleśniki z twarogiem 250 g (2 szt.) G3 J M <i>(mąka pszenna, mleko 2 % tłuszczu, jaja, woda, twaróg półtłusty, jogurt naturalny, cukier wanilinowy, olej rzepakowy)</i> I polewą jogurtowo- truskawkową (przetartą przez sito) 100 g M <i>(jogurt naturalny, truskawki)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenny 100g G3 G4 Margaryna 15g M Pasta rybna z warzywami 100 g S R M <i>(Dorsz gotowany, marchew, pietruszka, seler, jogurt naturalny 2% tł., pieprz ziołowy, sól)</i> Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M Wafle ryżowe 30g	
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			

PONIEDZIAŁEK		DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)	
Płatki owsiane na napoju roślinnym 400 g G5 <i>(napój ryżowy., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100 % roślinna 15 g Wędlna drobiowa 50 g 1 Sałata 20 g Ogórek 15 g Gruszka 100 g Herbata czarna 300 ml	Zupa ogórkowa z ryżem niezabieleną 500 ml S <i>(woda, ryż, marchew, pietruszka, seler, ogórki kiszane, natka pietruszki, ziele angielskie, liść lauowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200 g Kotlet mielony drobiowy (smażony) na oleju rzepakowym 100 g G3 J <i>(mielone mięso drobiowe, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziołowy, olej rzepakowy)</i> Mix warzyw gotowanych 200 g <i>(brokuł, kalafior, marchew)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100 % roślinna 15 g Pasta z tuńczyka z jajkiem i warzywami 100 g J S R GR <i>(Tuńczyk w sosie własnym, jajko, marchew, pietruszka, seler, majonez, pieprz ziołowy, sól)</i> Papryka czerwona 30 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Sok warzywny 300 ml Wafle ryżowe 30 g	
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			

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: 09.06.2026 r. WTOREK		
Śniadanie II śniadanie (wybrane diety)	Obiad	Kolacja Posiłek dodatkowy
WTOREK		
DIETA PODSTAWOWA (D01)		
Kasza manna na mleku 400 ml G3 M <i>(mleko 2% tł., kasza manna)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Twarożek z rzodkiewką 80 g M <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, rzodkiewka)</i> Sałata 20 g Jabłko 100 g Herbata czarna 300 ml	Zupa jarzynowa z ciecierzycą, ziemniakami i warzywami zabelana mlekiem 500 ml M S <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 J G3 S <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 G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Pomidor 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M Biskopity bez cukru 20 g G3 M J
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		
WTOREK		
DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)		
Kasza manna na mleku 400 ml G3 M <i>(mleko 2% tł., kasza manna)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15g M Twarożek z koperkiem 80 g M <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, koperek)</i> Sałata 20 g Jabłko pieczone z cynamonem 150 g Herbata czarna 300 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelona mlekiem 500 ml M S <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 J G3 S <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 G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M Biskopity bez cukru 20 g G3 M J
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, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

WTOREK		DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)
Kasza manna na mleku 400 ml G3 M (<i>mleko 2% tł., kasza manna</i>) Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15g M Twarożek z koperkiem 80 g M (<i>ser twaróg półtłusty, jogurt, koperek</i>) Salata 20 g Jabłko pieczone z cynamonem 150 g Herbata czarna 300 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną mlekiem 500 ml M S (<i>woda, ziemniaki, brokuł bez różyczek, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, sól</i>) Makaron pszenny z gotowanym mięsem drobiowym na z warzywami w sosie marchewkowym z oliwą 550 g J G3 S (<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 G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Pomidor bez skórki 60 g Salata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M Biszkopty bez cukru 20 g G3 M J
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		

WTOREK		DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml G4 M (<i>kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł.</i>) Chleb graham 100g G3 G4 Margaryna 15g M Twarożek z rzodkiewką 80 g M (<i>ser twaróg półtłusty, jogurt, rzodkiewka</i>) Jabłko 100 g Herbata czarna 300 ml II ŚNIADANIE: Chleb graham 50g G3 G4 Margaryna 8g M Jajko na miękko 50g J Ogórek 15g Salata 15 g Herbata czarna 300 ml	Zupa jarzynowa z ciecierzycą, ziemniakami i warzywami zabieleną mlekiem 500 ml M S (<i>woda, ziemniaki, ciecierzycy, 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 J G3 S (<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 graham 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Pomidor 60 g Salata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M Biszkopty bez cukru 20 g G3 M J
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		

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.

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

WTOREK			DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)
Kasza manna na napoju roślinnym 400 ml G3 <i>(napój roślinny ryżowy, kasza manna)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100 % roślinna 15 g Hummus 60 g NS Jajko na miękko 60 g J Jabłko 100 g Herbata czarna 300 ml			Zupa jarzynowa z ciecierzycą, ziemniakami i warzywami niezabielana 500 ml S <i>(woda, ziemniaki, ciecierzycy, brokuł, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy, sól)</i> Makaron pszenny z duszonym mięsem drobiowym na oleju rzepakowym, z warzywami w sosie pomidorowym 550 g J G3 S <i>(makaron świderki z pszenicy durum, mięso drobiowe mielone, marchew, pietruszka, seler, pomidory, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy, sól)</i> Herbata owocowa 300 ml
			Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100 % roślinna 15 g Wędlina drobiowa 50 g 1 Pomidor 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Sok warzywny 300 ml Wafle ryżowe 30 g
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			

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: 10.06.2026 r. ŚRODA		
Śniadanie II śniadanie (wybrane diety)	Obiad	Kolacja Posiłek dodatkowy
ŚRODA DIETA PODSTAWOWA (D01)		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml M G3 J <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Pomidor 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml Banan 120 g	Zupa koperkowa z ryżem i warzywami zabelana mlekiem 500 ml M S <i>(woda, ryż, marchew, pietruszka, seler, koperek, mleko 2% tł., liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziółowy, sól)</i> Gotowane pierogi z mięsem G3 J 6 szt. <i>(mąka pszenna, jaja, mięso mielone wieprzowe, olej rzepakowy, sól, pieprz ziółowy)</i> Surówka z kapusty kiszanej i marchewki z oliwą 200 g <i>(kapusta kiszona, marchew, koperek, oliwa, pieprz ziółowy, sól)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Ser żółty 50 g M Papryka czerwona 30 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M Herbatniki 25 g G3 M
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		
ŚRODA DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml M G3 J <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 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 M S <i>(woda, ryż, marchew, pietruszka, seler, koperek, mleko 2% tł., liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziółowy, sól)</i> Gotowane pierogi z mięsem G3 J 6 szt. <i>(mąka pszenna, jaja, mięso mielone wieprzowe, olej rzepakowy, sól, pieprz ziółowy)</i> Surówka z marchewki z oliwą 200 g <i>(marchew, koperek, oliwa, pieprz ziółowy, sól)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Schab gotowany 50 g 1 Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M Herbatniki 25 g G3 M
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, łubin, 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 M G3 J <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 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 M S <i>(woda, ryż, marchew, pietruszka, seler, koperek, mleko 2% tł., liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól)</i> Gotowane pierogi z mięsem G3 J 6 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 G3 G4 Margaryna 15 g M Schab gotowany 50 g 1 Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml
			POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M Herbatniki 25 g G3 M
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 G4 M <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł.)</i> Chleb graham 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Pomidor 60 g Sałata 20 g Jabłko 100 g			Zupa koperkowa z ryżem i warzywami zabelana mlekiem 500 ml M S <i>(woda, ryż, marchew, pietruszka, seler, koperek, mleko 2% tł., liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól)</i> Gotowane pierogi z mięsem G3 J 6 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
II ŚNIADANIE: Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 8 g M Hummus 30 g NS Ogórek 10 g Sałata 15 g Herbata czarna 300 ml			Chleb graham 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Ser żółty 50 g M Papryka czerwona 30 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml
			POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M Biszkopty bez cukru 20 g G3 M J
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, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

ŚRODA		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)	
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml M G3 J <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml Jabłko pieczone z cynamonem 150 g II ŚNIADANIE: Serek wiejski 200 g M	Zupa koperkowa z ryżem i warzywami zabelana mlekiem 500 ml M S <i>(woda, ryż, marchew, pietruszka, seler, koperek, mleko 2% tł., liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziółowy, sól)</i> Gotowane pierogi z mięsem G3 J 6 szt. <i>(mąka pszenna, jaja, mięso mielone wieprzowe, olej rzepakowy, sól, pieprz ziółowy)</i> Surówka z marchewki z oliwą 200 g <i>(marchew, koperek, oliwa, pieprz ziółowy, sól)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Schab gotowany 50 g 1 Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M Herbatniki 25 g G3 M	
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			

ŚRODA			DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)		
Zupa na napoju roślinnym z makaronem pszennym 400 ml G3 J <i>(napój roślinny ryżowy., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100 % roślinna 15 g Wędlina drobiowa 50 g 1 Pomidor 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml Banan 120 g	Zupa koperkowa z ryżem i warzywami niezabelana mlekiem 500 ml S <i>(woda, ryż, marchew, pietruszka, seler, koperek., liść laurowy, ziele angielskie, sól)</i> Gotowane pierogi z mięsem G3 J 6 szt. <i>(mąka pszenna, jaja, mięso mielone wieprzowe, olej rzepakowy, sól, pieprz ziółowy)</i> Surówka z kapusty kiszonej i marchewki z oliwą 200 g <i>(kapusta kiszona, marchew, koperek, oliwa, pieprz ziółowy, sól)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100 % roślinna 15 g Schab gotowany 50 g 1 Papryka czerwona 30 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Sok warzywny 300 ml Wafle ryżowe 30 g			
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					

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: 11.06.2026 r. CZWARTEK		
Śniadanie II śniadanie (wybrane diety)	Obiad	Kolacja Posiłek dodatkowy
CZWARTEK		
DIETA PODSTAWOWA (D01)		
Zupa mleczna z ryżem 400 ml M <i>(mleko 2% tł., ryż biały)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Jajko na miękko 60 g J 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 G6 S <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 G3 J <i>(mielone mięso drobiowe, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziołowy)</i> Sos jogurtowy z koperkiem 50 g M <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 G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 25 g 1 Hummus naturalny 25 g NS Ogórek 15 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M
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		
CZWARTEK		
DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)		
Zupa mleczna z ryżem 400 ml M <i>(mleko 2% tł., ryż biały)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Jajko na miękko 60 g J 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 G6 S <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 G3 J <i>(mielone mięso drobiowe, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziołowy)</i> Sos jogurtowy z koperkiem 50 g M <i>(jogurt naturalny 2% tł., mąka ziemniaczana, koperek, pieprz ziołowy)</i> Gotowana cukinia polana oliwą 200 g <i>(cukinia, oliwa, pieprz ziołowy, bazylia)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M
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.

CZWARTEK		DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)
Zupa mleczna z ryżem 400 ml M <i>(mleko 2% tł., ryż biały)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Białko jaja kurzego (jajka bez żółtek) 60 g J Dżem niskosłodzony 50 g Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml Mus owocowy z przetartych owoców 100 g	Zupa krupnik z kaszą, ziemniakami i warzywami 500 ml G6 S <i>(woda, kasza jęczmienna perłowa, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 250 g Pulpet drobiowy gotowany 100 g G3 J <i>(mielone mięso drobiowe, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz)</i> Sos jogurtowy z koperkiem 50 g M <i>(jogurt naturalny 2% tł., mąka ziemniaczana, koperek, pieprz ziołowy)</i> Gotowana cukinia polana oliwą 200 g <i>(cukinia, oliwa, pieprz ziołowy, bazylia)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M
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		
CZWARTEK		DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml G4 M <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł.)</i> Chleb graham 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Jajko na miękko 60 g J Ser żółty M 25g Pomidor 60 g Sałata 20 g Jabłko 100 g Herbata czarna 300 ml II ŚNIADANIE: Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 8 g M Wędlina drobiowa 25 g 1 Ogórek 15 g Sałata 15 g Herbata czarna 300 ml	Zupa krupnik z kaszą, ziemniakami i warzywami 500 ml G6 S <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 G3 J <i>(mielone mięso drobiowe, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziołowy)</i> Sos jogurtowy z koperkiem 50 g M <i>(jogurt naturalny 2% tł., mąka ziemniaczana, koperek, pieprz ziołowy)</i> Gotowana cukinia polana oliwą 200 g <i>(cukinia, oliwa, pieprz ziołowy, bazylia)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb graham 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 25 g 1 Hummus naturalny 25 g NS Ogórek 15 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M Biszkopty bez cukru 20 g G3 M J
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		

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)	
Zupa mleczna z ryżem 400 ml M <i>(mleko 2% tł., ryż biały)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Jajko na miękko 60 g J Dżem niskosłodzony 50 g Pomidor bez skórki 50 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml Mus owocowy z przetartych owoców 100 g II ŚNIADANIE: Serek wiejski 200 g M	Zupa krupnik z kaszą, ziemniakami i warzywami 500 ml G6 S <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 G3 J <i>(mielone mięso drobiowe, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziołowy)</i> Sos jogurtowy z koperkiem 50 g M <i>(jogurt naturalny 2% tł., mąka ziemniaczana, koperek, pieprz ziołowy)</i> Gotowana cukinia polana oliwą 200 g <i>(cukinia, oliwa, pieprz ziołowy, bazylia)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M	
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			
CZWARTEK		DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)	
Zupa na napoju roślinnym z ryżem 400 ml <i>(napój roślinny ryżowy., ryż biały)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100% roślinna 15 g Jajko na miękko 60 g J 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 G6 S <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 G3 J <i>(mielone mięso drobiowe, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziołowy)</i> Marchew z groszkiem olejem rzepakowym 200 g <i>(marchew, groszek, olej rzepakowy)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenny 100 g G3 G4 Margaryna 100% roślinna 15 g Wędlina drobiowa 25 g 1 Hummus naturalny 25 g NS Ogórek 15 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Sok warzywny 300 ml Wafle ryżowe 30 g	
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			

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: 12.06.2026 r. PIĄTEK		
Śniadanie II śniadanie (wybrane diety)	Obiad	Kolacja Posiłek dodatkowy
PIĄTEK DIETA PODSTAWOWA (D01)		
Płatki owsiane na mleku 400 g G5 M <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Ser żółty 50 g M Ogórek kiszony 30 g Sałata 20 g Banan 120 g Herbata czarna 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabelana mlekiem 500 ml M J G3 S <i>(makaron pszenny, marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, mleko 2 % tł., natka pietruszki, ziele angielskie, liść lauowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200 g Duszone klopsiki rybne 100 g R J G3 <i>(dorsz, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziołowy, chrzan tarty, olej rzepakowy)</i> w sosie koperkowo – chrzanowym 50 g M <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	Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Sałatka jarzynowa z jajkiem z majonezem i jogurtem 100 g J M GR <i>(ziemniaki, marchew, ogórek kiszony, groszek konserwowy, jajko, majonez, jogurt, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i> Sałata 20g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M
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		
PIĄTEK DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)		
Płatki owsiane na mleku 400 g G5 M <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Ser twaróg z koperkiem 80 g M <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 G3 S <i>(woda, kasza manna, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, liść lauowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200 g Gotowany pulpet rybny 120 g R J G3 <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	Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M
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		

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 ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)
Płatki owsiane na mleku 400 g G5 M <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Ser twaróg z koperkiem 80 g M <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 G3 S <i>(woda, kasza manna, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziółowy, sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200 g Gotowany pulpet rybny 120 g R J G3 <i>(dorsz, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziółowy)</i> Gotowany brokuł z marchewką i oliwą 200 g <i>(brokuł różyczki bez łodyg, marchew, oliwa)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlna drobiowa 50 g 1 Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M
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		

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

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)	
Płatki owsiane na mleku 400 g G5 M <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Ser twaróg z koperkiem 80 g M <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, koperek)</i> Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Banan 120 g Herbata czarna 300 ml II ŚNIADANIE: Serek wiejski 200 g M	Zupa grysikowa z kalafiozem i warzywami 500 ml G3 S <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 R J G3 <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	Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M	
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			

PIĄTEK		DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)	
Płatki owsiane na napoju roślinnym 400 g G5 M <i>(napój roślinny, płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100% roślinna 15 g Schab 50 g 1 Ogórek kiszony 30 g Sałata 20 g Banan 120 g Herbata czarna 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabieleną mlekiem 500 ml M J G3 S <i>(makaron pszenny, marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, mleko 2 % tł., natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy, sól)</i> Ziemniaki 200 g Gotowany pulpet rybny 120 g R J G3 <i>(dorsz, kajzerka, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziółowy)</i> Gotowany brokuł z marchewką i oliwą 200 g <i>(brokuł różyczki bez łodyg, marchew, oliwa)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100% roślinna 15 g Wędlina drobiowa 50 g 1 Sałata 20g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Sok warzywny 300 ml Wafle ryżowe 30 g	
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			

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: 13.06.2026 r. SOBOTA		
Śniadanie II śniadanie (wybrane diety)	Obiad	Kolacja Posiłek dodatkowy
SOBOTA		
DIETA PODSTAWOWA (D01)		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml M G3 J <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Paszтет pieczony z mięsa drobiowego 60 g 1 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 M S <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 G6 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 G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Ser twaróg (80 g) z rzodkiewką (15 g) i natką pietruszki 3 g M <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, rzodkiewka, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i> Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M
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		
SOBOTA		
DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml M G3 J <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenny 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Paszтет pieczony z mięsa drobiowego 60 g 1 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 M S <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 G6 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 G3 G4 Margaryna 15 g M Ser twaróg (80 g) z natką pietruszki 3 g M <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i> Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M
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, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

SOBOTA			DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml M G3 J <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenny 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Paszтет pieczony z mięsa drobiowego 60 g 1 Sałata 20 g 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 M S <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 G6 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 G3 G4 Margaryna 15 g M Ser twaróg (80 g) z natką pietruszki 3 g M <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i> Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M
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			

SOBOTA			DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml G4 M <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł.)</i> Chleb graham 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Paszтет pieczony z mięsa drobiowego 60 g 1 Sałata 20 g Pomidor 60 g Jabłko 100 g Herbata czarna 300 ml II ŚNIADANIE: Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 8 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Ogórek 15 g Sałata 10 g Herbata czarna 300 ml			Zupa z fasolki szparagowej z warzywami i ziemniakami zabieleną mlekiem 500 ml M S <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 G6 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 graham 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Ser twaróg (80 g) z rzodkiewką (15 g) i natką pietruszki 3 g M <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, rzodkiewka, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i> Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M
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			

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.

SOBOTA		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)	
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml M G3 J <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenny 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Paszтет pieczony z mięsa drobiowego 60 g 1 Sałata 20g Pomidor bez skórki 60 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna 300 ml DRUGIE ŚNIADANIE: Serek wiejski 200 g M	Zupa z fasolki szparagowej z warzywami i ziemniakami zabieleną mlekiem 500 ml M S <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 G6 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 G3 G4 Margaryna 15 g M Ser twaróg (80 g) z natką pietruszki 3 g M <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i> Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M	
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			
SOBOTA		DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)	
Zupa na napoju roślinnym z makaronem pszennym 400 ml G3 J <i>(napój roślinny ryżowy., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100 % roślinna 15 g Paszтет pieczony z mięsa drobiowego 60 g 1 Sałata 20 g Pomidor 60 g Jabłko 100 g Herbata czarna 300 ml	Zupa z fasolki szparagowej z warzywami i ziemniakami niezabieleną mlekiem 500 ml S <i>(woda, ziemniaki, fasolka szparagowa, brokuł, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Kasza jęczmienna mazurska 200 g G6 Gotowany gulasz wieprzowy ze schabu 150 g <i>(schab, mąka ziemniaczana, papryka słodka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</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 G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100 % roślinna 15 g Jajko na miękko 120 g J Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Sok warzywny 300 ml Wafle ryżowe 30 g	
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			

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: 14.06.2026 r.		NIEDZIELA	
Śniadanie	Obiad	Kolacja	
II śniadanie (wybrane diety)		Posiłek dodatkowy	
NIEDZIELA	DIETA PODSTAWOWA (D01)		
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml G4 M <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł., cukier)</i> Chleb pszenno- żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Parówka drobiowa 50 g 1 Ketchup 20 g S Musztarda 20 g GR Ogórek 15 g Sałata 20 g Banan 120 g	Rosół z makaronem pszennym, warzywami i natką pietruszki 400 ml G3 J S <i>(wywar drobiowy, makaron pszenny, 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 G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 25 g 1 Hummus 25 g NS Papryka czerwona 30 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M	
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 G4 M <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł., cukier)</i> Chleb pszenno- żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Banan 120 g	Zupa makaronowa z makaronem pszennym, warzywami i natką pietruszki 500 ml G3 J S <i>(wywar drobiowy, woda, makaron pszenny, 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 G3 G4 Margaryna 15 g M Jajko na miękko 60 g J Dżem niskosłodzony 50 g Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M Herbatniki 25 g G3 M J	
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 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.

NIEDZIELA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)	
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml G4 M <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł., cukier)</i> Chleb pszenno- żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Banan 120 g	Zupa makaronowa z makaronem pszennym, warzywami i natką pietruszki 500 ml G3 J S <i>(wywar drobiowy, woda, makaron pszenny, 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 G3 G4 Margaryna 15 g M Białko jaja kurzego (jajko bez białka) 50 g J Dżem niskosłodzony 50 g Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M Herbatniki 25 g G3 M J
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		

NIEDZIELA		DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)	
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml G4 M <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł.)</i> Chleb graham 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Parówka drobiowa 50 g 1 Ketchup 20 g S Musztarda 20g GR Ogórek 15 g Sałata 20 g Jabłko 100 g II ŚNIADANIE: Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 8 g M Ser twaróg 40 g M Ogórek 15 g Sałata 10 g Herbata czarna 300 ml	Zupa makaronowa z makaronem pszennym, warzywami i natką pietruszki 500 ml G3 J S <i>(wywar drobiowy, woda, makaron pszenny, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, 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> Brokuł gotowany z oliwą 200 g <i>(brokuł, oliwa)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb graham 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Hummus 25 g NS Wędlina drobiowa 25 g 1 Papryka czerwona 30 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M	
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			

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.

NIEDZIELA		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)	
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml G4 M <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł., cukier)</i> Chleb pszenno- żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlna drobiowa 50 g 1 Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Banan 120 g II ŚNIADANIE: Serek wiejski 200 g M	Zupa makaronowa z makaronem pszennym, warzywami i natką pietruszki 500 ml G3 J S <i>(wywar drobiowy, woda, makaron pszenny, 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 G3 G4 Margaryna 15 g M Jajko na miękko 60 g J Dżem niskosłodzony 50 g Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M Herbatniki 25 g G3 M J	
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			

NIEDZIELA	DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)	
Kawa zbożowa z napojem roślinnym 300 ml G4 <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, napój ryżowy, cukier)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100 % roślinna 15 g Parówka drobiowa 50 g 1 Ketchup 20 g S Musztarda 20 g GR Ogórek 15 g Sałata 20 g Banan 120 g	Rosół z makaronem pszennym, warzywami i natką pietruszki 500 ml G3 J S <i>(wywar drobiowy, makaron pszenny, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, 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 G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100 % roślinna 15 g Wędlna wieprzowa 50 g 1 Hummus 25 g NS Papryka czerwona 30 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Sok warzywny 300 ml Wafle ryżowe 30 g
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		

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: 15.06.2026 r.		PONIEDZIAŁEK	
Śniadanie	Obiad	Kolacja	
II śniadanie (wybrane diety)		Posiłek dodatkowy	
PONIEDZIAŁEK	DIETA PODSTAWOWA (D01)		
Płatki owsiane na mleku 400 g G5 M <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i> i owsiane błyskawiczne na mleku G5 M 400 ml Chleb pszenno- żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlna wieprzowa 25 g 1 Dżem niskosłodzony 50 g Sałata 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna 300 ml Gruszka 100g	Żurek z ziemniakami, jajkiem, warzywami i zieleniną 400 ml M G3 G4 S J <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	Chleb pszenno- żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Ser żółty 50 g M Sałata 20 g Ogórek 15 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Kefir 200 ml Wafle ryżowe 30 g	
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)		
Płatki owsiane na mleku 400 g G5 M <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenno- żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Schab 50 g 1 Sałata 20 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna 300 ml Mus owocowy z przetartych owoców 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelona mlekiem 500 ml M S <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	Chleb pszenno- żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15g M Twarożek z natką pietruszki 80 g M <i>(ser twaróg, jogurt naturalny, natka pietruszki)</i> Sałata 20 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Kefir 200 ml Wafle ryżowe 30 g	
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, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

PONIEDZIAŁEK		DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)
Płatki owsiane na mleku 400 g G5 M <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenny 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Schab 50 g 1 Sałata 20g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna 300 ml Mus owocowy z przetartych owoców 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelona mlekiem 500 ml M S <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	Chleb pszenny 100 g G3 G4 Margaryna 15g M Twarożek z natką pietruszki 80 g M <i>(ser twaróg, jogurt naturalny, natka pietruszki)</i> Sałata 20g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Kefir 200 ml Wafle ryżowe 30 g
<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>		

PONIEDZIAŁEK		DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)
Kawa zbożowa z mlekiem ml G4 M <i>(kawa zbożowa Anadol, woda, mleko 2% tł.)</i> Chleb graham 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Schab 50 g 1 Sałata 20 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna 300 ml Gruszka 100g II ŚNIADANIE: Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 8 g M Wędlina drobiowa 25 g 1 Ogórek 15 g Sałata 10 g Herbata czarna 300 ml	Żurek z ziemniakami, jajkiem, warzywami i zieleciną 400 ml M G3 G4 S J <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	Chleb graham 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Ser żółty 50 g M Sałata 20 g Ogórek 15 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Kefir 200 ml Wafle ryżowe pełnoziarniste 30 g
<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>		

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)	
Płatki owsiane na mleku 400 g G5 M <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenny 100g G3 G4 Margaryna 15 g M Schab 50 g 1 Sałata 20g Pomidor bez skórki 60g Herbata czarna 300 ml Mus owocowy z przetartych owoców 100 g II ŚNIADANIE: Serek wiejski 200 g M	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelona mlekiem 500 ml M S <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	Chleb pszenny 100g G3 G4 Margaryna 15g M Twarożek z natką pietruszki 80 g M <i>(ser twaróg, jogurt naturalny, natka pietruszki)</i> Sałata 20g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Kefir 200 ml Wafle ryżowe 30 g	
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			

PONIEDZIAŁEK	DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)	
Płatki owsiane na napoju roślinnym 400 g G5 <i>(napój roślinny ryżowy., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenno- żytni 100 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100 % roślinna 15 g Wędlina wieprzowa 25 g 1 Dżem niskosłodzony 50 g Sałata 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna 300 ml Gruszka 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami niezabielona 500 ml S <i>(woda, ziemniaki, brokuł bez różyczek, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, 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	Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100 % roślinna 15 g Jajko na miękko 60 g J Hummus 25 g NS Papryka czerwona 30 g Sałata 20 g Herbata czarna z cukrem 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Sok warzywny 300 ml Wafle ryżowe 30 g
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		

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: 16.06.2026 r.		WTOREK	
Śniadanie II śniadanie (wybrane diety)		Obiad	Kolacja Posiłek dodatkowy
WTOREK		DIETA PODSTAWOWA (D01)	
Zupa mleczna z ryżem 400 ml M <i>(mleko 2% tł., ryż biały)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlna drobiowa 50 g 1 Pomidor 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml Jabłko 100 g	Zupa pieczarkowa z warzywami i makaronem psennym zabelana mlekiem 500 ml M G3 S J <i>(woda, makaron pszenny, pieczarki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść lauowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Gotowane pierogi ruskie G3 M J 6 szt. <i>(mąka pszenna, jaja, ziemniaki, ser twaróg, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy)</i> Jogurt 100 g M 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 G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Pasta z tuńczyka z jajkiem i warzywami 100 g J S R GR <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 POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M Biszkopty bez cukru 20 g G3 M J	
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			
WTOREK		DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)	
Zupa mleczna z ryżem 400 ml M <i>(mleko 2% tł., ryż biały)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlna drobiowa 50 g 1 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 psennym zabelana mlekiem 500 ml M G3 S J <i>(woda, makaron pszenny, cukinia, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść lauowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Gotowane pierogi ruskie G3 M J 6 szt. <i>(mąka pszenna, jaja, ziemniaki, ser twaróg, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy)</i> Jogurt 100g M Bukiet warzyw gotowanych 200g skropione oliwą 5 g <i>(kalafior, brokuł, marchewka, oliwa)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100g G3 G4 Margaryna 15g M Pasta z dorsza z warzywami 100 g S R M <i>(Dorsz gotowany, marchew, pietruszka, seler, jogurt naturalny 2% tł., pieprz ziołowy, sól)</i> Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M Biszkopty bez cukru 20 g G3 M J	
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, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

WTOREK		DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)			
Zupa mleczna z ryżem 400 ml M <i>(mleko 2% tł., ryż biały)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 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 zabelana mlekiem 500 ml M G3 S J <i>(woda, makaron pszenny, cukinia, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Gotowane pierogi ruskie G3 M J 6 szt. <i>(mąka pszenna, jaja, ziemniaki, ser twaróg, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy)</i> Jogurt 100g M Bukiet warzyw gotowanych 200g <i>(kalafior, brokuł, marchewka)</i> Herbata owocowa 300 ml		Chleb pszenno-żytni 100g G3 G4 Margaryna 15g M Pasta z dorsza z warzywami 100 g S R M <i>(Dorsz gotowany, marchew, pietruszka, seler, jogurt naturalny 2% tł., pieprz ziołowy, sól)</i> Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M Biszkopty bez cukru 20 g G3 M J	
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					
WTOREK		DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)			
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml G4 M <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł.)</i> Chleb graham 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Pomidor 60g Sałata 20g Herbata czarna 300 ml Jabłko 100 g II ŚNIADANIE: Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 8 g M Ser twaróg 50 g M Ogórek 15 g Sałata 10 g Herbata czarna 300 ml		Zupa pieczarkowa z warzywami i makaronem pszennym zabelana mlekiem 500 ml M G3 S J <i>(woda, makaron pszenny, pieczarki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Gotowane pierogi z mięsem G3 J 6 szt. <i>(mąka pszenna, jaja, mięso mielone wieprzowe, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy)</i> 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 graham 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Pasta z tuńczyka z jajkiem i warzywami 100 g J S R GR <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 POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M Biszkopty bez cukru 20 g G3 M J	
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					

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.

WTOREK			DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)		
Zupa mleczna z ryżem 400 ml M <i>(mleko 2% tł., ryż biały)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlna drobiowa 50 g 1 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 M G3 S J Gotowane pierogi ruskie G3 M J 6 szt. <i>(mąka pszenna, jaja, ziemniaki, ser twaróg, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy)</i> Jogurt 100g M Bukiet warzyw gotowanych 200g <i>(kalafior, brokuł, marchewka)</i> Herbata owocowa 300 ml		Chleb pszenno-żytni 100g G3 G4 Margaryna 15g M Pasta z dorsza z warzywami 100 g S R M <i>(Dorsz gotowany, marchew, pietruszka, seler, jogurt naturalny 2% tł., pieprz ziołowy, sól)</i> Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M Biszkopty bez cukru 20 g G3 M J	
II ŚNIADANIE: Serek wiejski 200 g M					
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					

WTOREK		DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)	
Zupa na napoju roślinnym z ryżem 400 ml <i>(napój roślinny ryżowy, ryż biały)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100 % roślinna 15 g Wędlna drobiowa 50 g 1 Pomidor 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml Jabłko 100 g	Zupa pieczarkowa z warzywami i makaronem pszennym niezabieleną 500 ml G3 S J <i>(woda, makaron pszenny, pieczarki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Gotowane pierogi z mięsem G3 J 6 szt. <i>(mąka pszenna, jaja, mięso mielone wieprzowe, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy)</i> 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 G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100 % roślinna 15 g Pasta z tuńczyka z jajkiem i warzywami 100 g J S R GR <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 POSIŁEK DODATKOWY: Sok warzywny 300 ml Wafle ryżowe 30 g	
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			

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: 17.06.2026 r.			ŚRODA		
Śniadanie II śniadanie (wybrane diety)		Obiad		Kolacja Posiłek dodatkowy	
ŚRODA			DIETA PODSTAWOWA (D01)		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml M G3 J <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlna wieprzowa 50 g 1 Ser żółty 25 g M Sałata 20g Ogórek 15g Herbata czarna 300 ml Banan 120 g		Zupa grysikowa z kalafiem i warzywami 500 ml G3 S <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 G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Ser twaróg (80 g) z rzodkiewką (15 g) i natką pietruszki 3 g M <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, rzodkiewka, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i> Pomidor 60 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M Herbatniki 25 g G3 M J	
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					
ŚRODA			DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml M G3 J <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Schab 50 g 1 Sałata 20 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna 300 ml Banan 120 g		Zupa grysikowa z kalafiem i warzywami 500 ml G3 S <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 S <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 S Herbata owocowa 300 ml		Chleb pszenno-żytni 100g G3 G4 Margaryna 15 g M Ser twaróg (80 g) i natką pietruszki 3 g M <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i> Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M	
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.

ŚRODA		DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml M G3 J <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Schab 50 g 1 Sałata 20 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna 300 ml Banan 120 g	Zupa grysikowa z kalafiem i warzywami 500 ml G3 S <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 S <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 S Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100g G3 G4 Margaryna 15 g M Ser twaróg (80 g) i natką pietruszki 3 g M <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i> Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M
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		
ŚRODA		DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)
Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300 ml G4 M <i>(kawa zbożowa Anadol, woda, mleko 2% tł.)</i> Chleb graham 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina wieprzowa 50 g 1 Ser żółty 25 g M Sałata 20 g Ogórek 15 g Herbata czarna 300 ml Gruszka 100 g II ŚNIADANIE: Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 8 g M Hummus 25 g NS Ogórek 15 g Sałata 10 g Herbata czarna bez cukru 300 ml	Zupa grysikowa z kalafiem i warzywami 500 ml G3 S <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 graham 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Ser twaróg (80 g) z rzodkiewką (15 g) i natką pietruszki 3 g M <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, rzodkiewka, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i> Pomidor 60 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M
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		

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)	
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml M G3 J <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Schab 50 g 1 Sałata 20 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna 300 ml Banan 120 g II ŚNIADANIE: Serek wiejski 200 g M	Zupa grysikowa z kalafiem i warzywami 500 ml G3 S <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 S <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 S Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100g G3 G4 Margaryna 15 g M Ser twaróg (80 g) i natką pietruszki 3 g M <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i> Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M
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		

ŚRODA	DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)	
Zupa na napoju roślinnym z makaronem pszennym 400 ml G3 J <i>(napój roślinny ryżowy, makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100 % roślinna 15 g Wędlina wieprzowa 50 g 1 Hummus 25 g NS Sałata 20g Ogórek 15g Herbata czarna 300 ml Banan 120 g	Zupa grysikowa z kalafiem i warzywami 500 ml G3 S <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 G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100 % roślinna 15 g Jajko na miękko 60 g J Wędlina drobiowa 25 g 1 Pomidor 60 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Sok warzywny 300 ml Wafle ryżowe 30 g
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		

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: 18.06.2026 r. CZWARTEK		
Śniadanie II śniadanie (wybrane diety)	Obiad	Kolacja Posiłek dodatkowy
CZWARTEK DIETA PODSTAWOWA (D01)		
Płatki owsiane na mleku 400 g G5 M <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Ser żółty 25 g M 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 G3 J S M <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 G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Papryka czerwona 30 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M 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		
CZWARTEK DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)		
Płatki owsiane na mleku 400 g G5 M <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenno-żytni 100g G3 G4 Margaryna 15 g M Jajko na miękko 120 g J Dżem niskosłodzony 30 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna 300 ml Mus owocowy z przetartych owoców 100g	Zupa z brokułowa (rózyczki bez łodyg) z warzywami i makaronem pszennym zabieleną mlekiem 500 ml G3 J S M <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 M <i>(sałata, jogurt naturalny 2%, oliwa, koperek)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M 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, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

CZWARTEK		DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)			
Płatki owsiane na mleku 400 g G5 M <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenno- żytni 100g G3 G4 Margaryna 15 g M Biało jaja kurzego (jajka bez żółtek) 120 g J Dżem niskosłodzony 30 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna 300 ml Mus owocowy z przetartych owoców 100g		Zupa z brokułowa (różyczki bez łodyg) z warzywami) i makaronem pszennym zabiela na mlekiem 500 ml G3 J S M <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 200g M <i>(sałata, jogurt naturalny 2%, oliwa, koperek)</i> Herbata owocowa 300 ml		Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M Wafle ryżowe 20 g	
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					
CZWARTEK		DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)			
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml G4 M <i>(kawa zbożowa Anatol, woda, mleko 2% tł.)</i> Chleb graham 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Ser żółty 50 g M Pomidor 60g Herbata czarna 300 ml Gruszka 100g II ŚNIADANIE: Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 8 g M Ser twaróg 50 g M Ogórek 15 g Sałata 10 g Herbata czarna 300 ml		Zupa z soczewicy z warzywami i makaronem pszennym zabiela na mlekiem 500 ml G3 J S M <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>(wieprzowina, 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 graham 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Papryka czerwona 30 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M	
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					

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)	
Płatki owsiane na mleku 400 g G5 M <i>(mleko 2% tł., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenno- żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Jajko na miękko 120 g J Dżem niskosłodzony 50 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna 300 ml Mus owocowy z przetartych owoców 100g II ŚNIADANIE: Serek wiejski 200 g M	Zupa z brokułowa (różyczki bez łodyg) z warzywami) i makaronem pszennym zabiela na mlekiem 500 ml G3 J S M <i>(woda, makaron pszenny, brokuł, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy, sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200 g Gotowane mięso drobiowe w sosie własnym 150 g <i>(mięso drobiowe, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy, sól)</i> Sałata z jogurtem, oliwą i koperkiem 200 g M <i>(sałata, jogurt naturalny 2%, oliwa, koperek)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina drobiowa 50 g 1 Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M Wafle ryżowe 20 g	
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			

CZWARTEK		DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)	
Płatki owsiane na napoju roślinnym 400 g G5 <i>(napój roślinny ryżowy., płatki owsiane błyskawiczne)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100% roślinna 15 g Hummus 25 g NS Dżem niskosłodzony 50 g Pomidor 60 g Herbata czarna 300 ml Gruszka 100 g	Zupa z brokułowa (różyczki bez łodyg) z warzywami) i makaronem pszennym niezabiela na mlekiem 500 ml G3 J S <i>(woda, makaron pszenny, brokuł, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200 g Gotowane mięso wieprzowe w sosie własnym 150 g <i>(wieprzowina, 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 G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100% roślinna 15 g Wędlina drobiowa 50 g 1 Papryka czerwona 30 g Salata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Sok warzywny 300 ml Wafle ryżowe 30 g	
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			

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: 19.06.2026 r. PIĄTEK		
Śniadanie II śniadanie (wybrane diety)	Obiad	Kolacja Posiłek dodatkowy
PIĄTEK DIETA PODSTAWOWA (D01)		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml M G3 J <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15g M Pasta jajeczna 100g J M GR <i>(jaja, majonez, jogurt naturalny, pieprz ziółowy, 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 S M <i>(woda, ryż, szpinak, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy, pieprz ziółowy, sól)</i> Ziemniaki 200g Gotowana ryba z warzywami po grecku (w sosie pomidorowym) z oliwą 300 g R S <i>(Dorsz, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, oliwa, ziele angielskie, liść laurowy, sól)</i> Herbata czarna 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15g M Ser twaróg z rzodkiewką i natką pietruszki 80 g M <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, rzodkiewka, natka pietruszki, pieprz ziółowy)</i> Sałata 20 g Papryka czerwona 30 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Kefir 200 g M Biszkopty bez cukru 20 g G3 M J
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		
PIĄTEK DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml M G3 J <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 100g G3 G4 Margaryna 15g M Wędlina drobiowa 50g 1 Pomidor bez skórki 60g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml Banan 120g	Zupa szpinakowa z ryżem i warzywami zabelana mlekiem 500 ml S M <i>(woda, ryż, szpinak, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy, sól)</i> Ziemniaki 200g Gotowana ryba z marchewką w sosie własnym skropiona oliwą 300 g R S <i>(Dorsz, marchew, seler, oliwa, ziele angielskie, liść laurowy, sól)</i> Herbata czarna 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100g G3 G4 Margaryna 15g M Ser twaróg z natką pietruszki 80 g M <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, natka pietruszki, pieprz ziółowy)</i> Sałata 20g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M Biszkopty bez cukru 20 g G3 M J
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, łubin, 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 M G3 J <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 100g G3 G4 Margaryna 15g M Wędlina drobiowa 50g 1 Pomidor bez skórki 60g Sałata 20g Herbata czarna 300 ml Banan 120g	Zupa szpinakowa z ryżem i warzywami zabelana mlekiem 500 ml S M <i>(woda, ryż, szpinak, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy, sól)</i> Ziemniaki 200g Gotowana ryba z marchewką w sosie własnym skropiona oliwą 300 g R S <i>(Dorsz, marchew, seler, ziele angielskie, liść laurowy, sól)</i> Herbata czarna 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100g G3 G4 Margaryna 15g M Ser twaróg z natką pietruszki 80 g M <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, natka pietruszki, pieprz ziółowy)</i> Sałata 20g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M Biszkopty bez cukru 20 g G3 M J
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		
PIĄTEK DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml G4 M Chleb graham 100g G3 G4 Margaryna 15g M Pasta jajeczna 100g J M GR <i>(jaja, majonez, jogurt naturalny, pieprz ziółowy, sól, koperek, natka pietruszki /szczypiorek)</i> Pomidor 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml Gruszka 100 g II ŚNIADANIE: Chleb graham 50g G3 G4 Margaryna 8 g M Wędlina drobiowa 25 g 1 Ogórek 15 g Sałata 10 g Herbata czarna 300 ml	Zupa szpinakowa z ryżem i warzywami zabelana mlekiem 500 ml S M <i>(woda, ryż, szpinak, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy, sól)</i> Ziemniaki 200g Gotowana ryba z warzywami po grecku (w sosie pomidorowym) z oliwą 300 g R S <i>(Dorsz, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, oliwa, ziele angielskie, liść laurowy, sól)</i> Herbata czarna 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15g M Ser twaróg z rzodkiewką i natką pietruszki 80 g M <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, rzodkiewka, natka pietruszki, pieprz ziółowy)</i> Sałata 20 g Papryka czerwona 30 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Kefir 200 g M Biszkopty bez cukru 20 g G3 M J
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		

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)	
Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml M G3 J <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 100g G3 G4 Margaryna 15g M Wędlna drobiowa 50g 1 Pomidor bez skórki 60g Sałata masłowa 20 g Herbata czarna 300 ml Banan 120g II ŚNIADANIE: Serek wiejski 200 g M	Zupa szpinakowa z ryżem i warzywami zabieleną mlekiem 500 ml S M <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 R S <i>(Dorsz, marchew, seler, oliwa, ziele angielskie, liść laurowy, sól)</i> Herbata czarna 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100g G3 G4 Margaryna 15g M Ser twaróg z natką pietruszki 80 g M <i>(ser twaróg półtłusty, jogurt, natka pietruszki, pieprz ziołowy)</i> Sałata 20g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M Biszkopty bez cukru 20 g G3 M J
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		

PIĄTEK	DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)	
Zupa z makaronem pszennym na napoju roślinnym 400 ml G3 J <i>(napój roślinny ryżowy, makaron pszenny)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100% roślinna 15g Jajko na miękko 120 g J Pomidor 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml Gruszka 100 g	Zupa szpinakowa z ryżem i warzywami niezabieleną mlekiem 500 ml S <i>(woda, ryż, szpinak, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, 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 R S <i>(Dorsz, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, oliwa, ziele angielskie, liść laurowy, sól)</i> Herbata czarna 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100% roślinna 15g Wędlna wieprzowa 50 g 1 Sałata 20 g Papryka czerwona 30 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Sok warzywny 300 ml Wafle ryżowe 30 g
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		

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: 20.06.2026 r.		SOBOTA	
Śniadanie II śniadanie (wybrane diety)		Obiad	Kolacja Posiłek dodatkowy
SOBOTA		DIETA PODSTAWOWA (D01)	
Kasza manna na mleku 400 ml G3 M <i>(mleko 2% tł., kasza manna)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Wędlina wieprzowa 50 g 1 Sałata 20 g Ogórek kiszony 30 g Jabłko 100 g Herbata czarna 300 ml		Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabilana mlekiem 500 ml M J G3 S <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 G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 15 g M Pieczony pasztet z mięsa drobiowego 60 g 1 G3 J Sałata 20 g Rzodkiewka 30 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150 g M Herbatniki 25 g G3 M J
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			
SOBOTA		DIETA ŁATWOSTRAWNA (D02)	
Kasza manna na mleku 400 ml G3 M <i>(mleko 2% tł., kasza manna)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15g M Wędlina wieprzowa 50 g 1 Pomidor bez skóry 60 g Jabłko pieczone z cynamonem 150 g Herbata czarna 300 ml		Zupa kartoflanka z zabilana mlekiem 500 ml M G3 S J 2 <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 S <i>(marchew, pietruszka, seler, brokuł- bez todaygi)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15g M Pieczony pasztet z mięsa drobiowego 60 g 1 G3 J Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150g M Herbatniki 25 g G3 M J
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, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

SOBOTA		DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)
Kasza manna na mleku 400 ml G3 M <i>(mleko 2% tł., kasza manna)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15g M Wędlina wieprzowa 50 g 1 Pomidor bez skóry 60 g Jabłko pieczone z cynamonem 150 g Herbata czarna 300 ml	Zupa kartoflanka z zabelana mlekiem 500 ml M G3 S J <i>(ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, , mleko 2 % tł., natka pietruszki, ziele angielskie, liść lauowy, pieprz ziółowy, sól)</i> Ziemniaki gotowane 200g Duszony gulasz drobiowy 120 g <i>(mięso drobiowe, olej rzepakowy, ziele angielskie, liść lauowy, mąka ziemniaczana), pieprz ziółowy, papryka słodka, sól)</i> Mix gotowanych warzyw polanych oliwą 200 g S <i>(marchew, pietruszka, seler, brokuł- bez todayi)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15g M Pieczony pasztet z mięsa drobiowego 60 g 1 G3 J Pomidor bez skóry 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150g M Herbatniki 25 g G3 M J
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		
SOBOTA		DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml G4 M Zupa mleczna z makaronem pszennym 400 ml M G3 J <i>(mleko 2% tł., makaron pszenny)</i> Chleb graham 100 g G3 G4 Margaryna 15g M Wędlina wieprzowa 50g 1 Sałata 20 g Ogórek kiszony 30g Jabłko 100g II ŚNIADANIE: Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 8 g M Ser twaróg 50 g M Ogórek 15 g Sałata 10 g Herbata czarna 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabelana mlekiem 500 ml M J G3 S <i>(makaron pszenny, marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, mleko 2 % tł., natka pietruszki, ziele angielskie, liść lauowy, pieprz ziółowy, sól)</i> Kasza gryczana 200 g Duszony gulasz drobiowy 120 g <i>(mięso drobiowe, olej rzepakowy, ziele angielskie, liść lauowy, mąka ziemniaczana), pieprz ziółowy, papryka słodka, sól)</i> Surówka z białej kapusty z marchewką, koperkiem i olejem rzepakowym 200 g <i>(kapusta biała, marchew, koperek, oliwa, pieprz ziółowy, sól, cytryna)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb graham 100 g G3 G4 Margaryna 15g M Pieczony pasztet z mięsa drobiowego 60 g 1 G3 J Sałata 20g Rzodkiewka 30g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150g M
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		

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.

SOBOTA		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (D07)	
Kasza manna na mleku 400 ml G3 M <i>(mleko 2% tł., kasza manna)</i> Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15g M Wędlina wieprzowa 50 g 1 Pomidor bez skóry 60 g Jabłko pieczone z cynamonem 150 g Herbata czarna 300 ml II ŚNIADANIE: Serek wiejski 200g M	Zupa kartoflanka z zabelana mlekiem 500 ml M G3 S J <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 S <i>(marchew, pietruszka, seler, brokuł- bez today)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 100 g G3 G4 Margaryna 15g M Pieczone pasztet z mięsa drobiowego 60 g 1 G3 J Pomidor bez skórki 60 g Salata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150g M Herbatniki 25 g G3 M J	
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			

SOBOTA		DIETA ELIMINACYJNA (BEZ BIAŁKA MLEKA) (D13)	
Kasza manna na napoju roślinnym 400 ml G3 <i>(napój roślinny ryżowym, kasza manna)</i> Chleb pszenno-żytni 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna100% roślinna 15 g Wędlina wieprzowa 50 g 1 Sałata 20 g Ogórek kiszony 30 g Jabłko 100 g Herbata czarna 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem pszennym niezabelana mlekiem 500 ml J G3 S <i>(makaron pszenny, marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy., 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 G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna100% roślinna 15 g Pieczone pasztet z mięsa drobiowego 60 g 1 G3 J Sałata 20 g Rzodkiewka 30 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Sok warzywny 300 ml Wafle ryżowe 30 g	
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			

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.