

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),**
- **ORZECZY (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 19.07.2026 r. DO 01.08.2026 r.

Data: 19.07.2026 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
<i>Wartości odżywcze: Energia 2047 kcal, białko ogółem 97 g, tłuszcz 75 g, NKT 20 g, węglowodany ogółem 260 g, w tym cukry 57 g, błonnik 30 g, Sód 2821 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 60 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
<i>Wartości odżywcze: Energia 1991 kcal, białko ogółem 94 g, tłuszcz 63 g, NKT 17,5 g, węglowodany ogółem 276 g, w tym cukry 80 g, błonnik 24 g, Sód 2498 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 60 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	
Wartości odżywcze: Energia 1974 kcal, białko ogółem 96 g, tłuszcz 60 g, NKT 17 g, węglowodany ogółem 277 g, w tym cukry 82 g błonnik 24 g, Sód 2437 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 2017 kcal, białko ogółem 103 g, tłuszcz 67 g, NKT 21 g, węglowodany ogółem 269 g, w tym cukry 47 g, błonnik 36 g, Sód 3009 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 60 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 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 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
Wartości odżywcze: Energia 2197 kcal, białko ogółem 114 g, tłuszcz 74 g, NKT 22 g, węglowodany ogółem 282 g, w tym cukry 87 g błonnik 24 g, Sód 3237 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	
Wartości odżywcze: Energia 2107 kcal, białko ogółem 82 g, tłuszcz 78 g, NKT 15 g, węglowodany ogółem 288 g, w tym cukry 66 g błonnik 36 g, Sód 3670 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: 20.07.2026 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 zabieleną mlekiem 500 ml M S <i>(woda, ryż, marchew, pietruszka, seler, ogórki kiszane, natka pietruszki, mleko 2% tł., ziele angielskie, liść laurowy, 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 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1854 kcal, białko ogółem 98 g, tłuszcz 56 g, NKT 17 g, węglowodany ogółem 252 g, w tym cukry 55 g g błonnik 23 g, Sód 2153 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 zabieleną mlekiem 500 ml M S <i>(woda, ziemniaki, fasolka szparagowa, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł., liść laurowy, 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 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1874 kcal, białko ogółem 98 g, tłuszcz 51,5 g, NKT 17 g, węglowodany ogółem 271 g, w tym cukry 47 g, błonnik 25 g, Sód 2481 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 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1874 kcal, białko ogółem 98 g, tłuszcz 51,5 g, NKT 17 g, węglowodany ogółem 271 g, w tym cukry 47 g, błonnik 25 g, Sód 2481 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 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1992 kcal, białko ogółem 108 g, tłuszcz 68 g, NKT 22 g, węglowodany ogółem 251 g, w tym cukry 49 g błonnik 32 g, Sód 2608 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 laurowy, 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: Kefir 150 g M	
Wartości odżywcze: Energia 2077 kcal, białko ogółem 123 g, tłuszcz 60 g, NKT 22 g, węglowodany ogółem 278 g, w tym cukry 54 g, błonnik 25 g, Sód 2660 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 laurowy, 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 1986 kcal, białko ogółem 84 g, tłuszcz 57 g, NKT 9 g, węglowodany ogółem 303 g, w tym cukry 62 g, błonnik 35,6 g, Sód 3505 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: 21.07.2026 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 zabieleną 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 500 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
Wartości odżywcze: Energia 1886 kcal, białko ogółem 99 g, tłuszcz 45 g, NKT 15 g, węglowodany ogółem 287 g, w tym cukry 47 g, błonnik 31 g, Sód 2434 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 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 ziołowy, sól)</i> Makaron pszenny z gotowanym mięsem drobiowym na z warzywami w sosie marchewkowym z oliwą 500 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 naturalny 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1857 kcal, białko ogółem 94 g, tłuszcz 44 g, NKT 15 g, węglowodany ogółem 289 g, w tym cukry 55 g, błonnik 29 g, Sód 2463 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 500 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 naturalny 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1857 kcal, białko ogółem 94 g, tłuszcz 44 g, NKT 15 g, węglowodany ogółem 289 g, w tym cukry 55 g, błonnik 29 g, Sód 2463 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, 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 500 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 naturalny 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1976 kcal, białko ogółem 103 g, tłuszcz 59 g, NKT 17 g, węglowodany ogółem 279 g, w tym cukry 45 g, błonnik 38 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.

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 Twaróg 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 500 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 naturalny 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 2103 kcal, białko ogółem 118 g, tłuszcz 58 g, NKT 21 g, węglowodany ogółem 295 g, w tym cukry 62 g, błonnik 29 g, Sód 3223 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 500 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
Wartości odżywcze: Energia 2078 kcal, białko ogółem 82 g, tłuszcz 62 g, NKT 11 g, węglowodany ogółem 320 g, w tym cukry 57 g błonnik 38 g, Sód 2619 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: 22.07.2026 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 60 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
Wartości odżywcze: Energia 2050 kcal, białko ogółem 103 g, tłuszcz 72 g, NKT 26 g, węglowodany ogółem 263 g, w tym cukry 42 g błonnik 23 g, Sód 3237 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 Banan 60 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
Wartości odżywcze: Energia 2137 kcal, białko ogółem 103 g, tłuszcz 75 g, NKT 20 g, węglowodany ogółem 280 g, w tym cukry 52 g błonnik 23 g, Sód 24548 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 Wędlna 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
Wartości odżywcze: Energia 2137 kcal, białko ogółem 103 g, tłuszcz 75 g, NKT 20 g, węglowodany ogółem 280 g, w tym cukry 52 g błonnik 23 g, Sód 24548 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 Wędlna 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
Wartości odżywcze: Energia 2327 kcal, białko ogółem 105 g, tłuszcz 102 g, NKT 32 g, węglowodany ogółem 267 g, w tym cukry 39 g, błonnik 34 g, Sód 3592 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 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	
Wartości odżywcze: Energia 2338 kcal, białko ogółem 127 g, tłuszcz 83 g, NKT 25 g, węglowodany ogółem 287 g, w tym cukry 59 g, błonnik 23 g, Sód 3214 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 60 g	Zupa koperkowa z ryżem i warzywami niezabielana 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 ziołowy)</i> Surówka z kapusty kiszonej i marchewki z oliwą 200 g <i>(kapusta kiszona, marchew, koperek, oliwa, pieprz ziołowy, sól)</i> Herbata owocowa 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g 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			
Wartości odżywcze: Energia 2156 kcal, białko ogółem 91 g, tłuszcz 74 g, NKT 15 g, węglowodany ogółem 300 g, w tym cukry 58 g błonnik 27 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: 23.07.2026 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: Kefir 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1945 kcal, białko ogółem 92 g, tłuszcz 50 g, NKT 16 g, węglowodany ogółem 301 g, w tym cukry 82 g, błonnik 33 g, Sód 2453 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: Kefir 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1928 kcal, białko ogółem 86 g, tłuszcz 50 g, NKT 16 g, węglowodany ogółem 295 g, w tym cukry 70 g, błonnik 22 g, Sód 2413 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 Salata 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 Salata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Kefir 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1873 kcal, białko ogółem 85 g, tłuszcz 45 g, NKT 14 g, węglowodany ogółem 295 g, w tym cukry 69 g, błonnik 22 g, Sód 2449 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 Salata 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 Salata 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 Salata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Kefir 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 2048 kcal, białko ogółem 103 g, tłuszcz 65 g, NKT 21 g, węglowodany ogółem 282 g, w tym cukry 48 g, błonnik 37 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.

CZWARTEK		DIETA BOGATOBIĄŁKOWA (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: Kefir 150 g M	
Wartości odżywcze: Energia 2130 kcal, białko ogółem 110 g, tłuszcz 59 g, NKT 21 g, węglowodany ogółem 301 g, w tym cukry 76 g błonnik 22 g, Sód 3173mg			
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	
Wartości odżywcze: Energia 2079 kcal, białko ogółem 80 g, tłuszcz 55 g, NKT 11,4 g, węglowodany ogółem 339 g, w tym cukry 97 g, błonnik 38 g, Sód 3369 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: 24.07.2026 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 60 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 1920 kcal, białko ogółem 92 g, tłuszcz 59 g, NKT 20 g, węglowodany ogółem 271 g, w tym cukry 52 g, błonnik 30 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 60 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 1818 kcal, białko ogółem 79 g, tłuszcz 48 g, NKT 13 g, węglowodany ogółem 282 g, w tym cukry 55 g, błonnik 26 g, Sód 2076 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 60 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 Wędlina drobiowa 50 g 1 Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1818 kcal, białko ogółem 79 g, tłuszcz 48 g, NKT 13 g, węglowodany ogółem 282 g, w tym cukry 55 g, błonnik 26 g, Sód 2076 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 Wędlina 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 60 g Herbata czarna 300 ml 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> 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 Wędlna drobiowa 50 g 1 Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M	
Wartości odżywcze: Energia 2201kcal, białko ogółem 115 g, tłuszcz 72 g, NKT 26 g, węglowodany ogółem 286 g, w tym cukry 60 g, błonnik 26 g, Sód 3477 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 60 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 ziołowy, sól)</i> Ziemniaki 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 50 g G3 G4 Chleb graham 50 g G3 G4 Margaryna 100% roślinna 15 g Wędlna drobiowa 50 g 1 Sałata 20g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Sok warzywny 300 ml	
Wartości odżywcze: Energia 1922 kcal, białko ogółem 86 g, tłuszcz 51 g, NKT 8 g, węglowodany ogółem 295 g, w tym cukry 62 g, błonnik 34 g, Sód 3981mg			

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: 25.07.2026 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: Kefir 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1948 kcal, białko ogółem 100 g, tłuszcz 55 g, NKT 16 g, węglowodany ogółem 283 g, w tym cukry 45 g, błonnik 32 g, Sód 2582 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: Kefir 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1958 kcal, białko ogółem 99 g, tłuszcz 50 g, NKT 16 g, węglowodany ogółem 295 g, w tym cukry 53 g, błonnik 29 g, Sód 2167 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: Kefir 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1958 kcal, białko ogółem 99 g, tłuszcz 50 g, NKT 16 g, węglowodany ogółem 295 g, w tym cukry 53 g, błonnik 29 g, Sód 2167 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			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
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			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: Kefir 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 2100 kcal, białko ogółem 110 g, tłuszcz 65 g, NKT 18 g, węglowodany ogółem 289 g, w tym cukry 52 g, błonnik 41 g, Sód 2422 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: Kefir 150 g M	
Wartości odżywcze: Energia 2204 kcal, białko ogółem 123 g, tłuszcz 64 g, NKT 22 g, węglowodany ogółem 301 g, w tym cukry 60 g błonnik 29 g, Sód 2926 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	
Wartości odżywcze: Energia 2127 kcal, białko ogółem 88 g, tłuszcz 62 g, NKT 12 g, węglowodany ogółem 324 g, w tym cukry 62 g błonnik 38 g, Sód 3214 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: 26.07.2026 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 60 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 90 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 2037 kcal, białko ogółem 96 g, tłuszcz 68 g, NKT 16 g, węglowodany ogółem 267 g, w tym cukry: 57 g, błonnik 29 g, Sód 2757 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 60 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 100 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	
Wartości odżywcze: Energia 1823 kcal, białko ogółem 87 g, tłuszcz 47 g, NKT 14 g, węglowodany ogółem 275 g, w tym cukry: 80,5 g, błonnik 23,5 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.

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 60 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 100 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 120 g Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml
			POSIŁEK DODATKOWY: Jogurt naturalny 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1810 kcal, białko ogółem 93,5 g, tłuszcz 42 g, NKT 12,5 g, węglowodany ogółem 276 g, w tym cukry: 81 g, błonnik 23,5 g, Sód 2704 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 Kecup 20 g S Musztarda 20g GR Ogórek 15 g Sałata 20 g Jabłko 100 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 Pieczeń ze schabu w sosie paprykowym 90 g <i>(schab, mąka ziemniaczana, ziele angielskie, liść laurowy, papryka słodka, pieprz ziołowy, sól)</i> Brokuł gotowany z oliwą 180 g <i>(brokuł, oliwa)</i> Herbata owocowa 300 ml
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			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 2005 kcal, białko ogółem 99 g, tłuszcz 61 g, NKT 17 g, węglowodany ogółem 275 g, w tym cukry: 48 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 60 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 100 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	
Wartości odżywcze: Energia 2025 kcal, białko ogółem 111 g, tłuszcz 55 g, NKT 19 g, węglowodany ogółem 282 g, w tym cukry 87 g błonnik 24 g, Sód 3259 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 60 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 90 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	
Wartości odżywcze: Energia 2062 kcal, białko ogółem 85 g, tłuszcz 63 g, NKT 12,0 g, węglowodany ogółem 297 g, w tym cukry 78 g błonnik 34 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: 27.07.2026 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 Wędlina 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 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 300 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 150 ml M	
Wartości odżywcze: Energia 1991kcal, białko ogółem 90,5 g, tłuszcz 60 g, NKT 23,1 g, węglowodany ogółem 295 g, w tym cukry: 70 g błonnik 27 g, Sód 25353 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 300 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 150 ml M	
Wartości odżywcze: Energia 1950 kcal, białko ogółem 98 g, tłuszcz 54,6 g, NKT 15,7 g, węglowodany ogółem 290 g, w tym cukry: 36 g błonnik 27 g, Sód 1948 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 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 ziołowy, sól)</i> Ryż basmati 200 g Duszona potrawka z kurczaka z warzywami 300 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 150 ml M
Wartości odżywcze: Energia 1950 kcal, białko ogółem 98 g, tłuszcz 54,6 g, NKT 15,7 g, węglowodany ogółem 290 g, w tym cukry: 36 g błonnik 27 g, Sód 1948 mg		

PONIEDZIAŁEK		DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)
Kawa zbożowa z mlekiem ml G4 M <i>(kawa zbożowa Anatol, 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 300 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 150 ml M
Wartości odżywcze: Energia 2080 kcal, białko ogółem 110 g, tłuszcz 69 g, NKT 23 g, węglowodany ogółem 282 g, w tym cukry: 38 g błonnik 36 g, Sód 2784mg		

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 Salata 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 300 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> Salata 20g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Kefir 150 ml M	
Wartości odżywcze: Energia 2152 kcal, białko ogółem 123 g, tłuszcz 63 g, NKT 21 g, węglowodany ogółem 297 g, w tym cukry 43 g błonnik 27 g, Sód 2708 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 niezabelona 500 ml S <i>(woda, ziemniaki, brokuł bez różyczek, kalafior, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy, sól)</i> Ryż basmati 200 g Duszona potrawka z kurczaka z warzywami 300 g <i>(mięso drobiowe, marchew, cukinia, pietruszka, brokuł, fasolka szparagowa, olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, mąka ziemniaczana, 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 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
Wartości odżywcze: Energia 2010 kcal, białko ogółem 75 g, tłuszcz 46 g, NKT 11 g, węglowodany ogółem 342 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: 28.07.2026 r.		WTOREK	
Śniadanie	Obiad	Kolacja	
II śniadanie (wybrane diety)		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 Wędlina 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 laurowy, pieprz ziółowy, sól)</i> Gotowane pierogi ruskie G3 M J 6 szt. <i>(mąka pszenna, jaja, ziemniaki, ser twaróg, olej rzepakowy, sól, pieprz ziółowy)</i> Jogurt 100 g M Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z oliwą 200 g <i>(kapusta pekińska, 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 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 Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: kefir 150 g M	
Wartości odżywcze: Energia 2051 kcal, białko ogółem 90 g, tłuszcz 70 g, NKT 24 g, węglowodany ogółem 288 g, w tym cukry: 51 g błonnik 27 g, Sód 2622 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 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 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 laurowy, pieprz ziółowy, sól)</i> Gotowane pierogi ruskie G3 M J 6 szt. <i>(mąka pszenna, jaja, ziemniaki, ser twaróg, olej rzepakowy, sól, pieprz ziółowy)</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 ziółowy, sól)</i> Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: kefir 150 g M	
Wartości odżywcze: Energia 1974 kcal, białko ogółem 87 g, tłuszcz 52 g, NKT 21,6 g, węglowodany ogółem 306 g, w tym cukry: 59 g błonnik 26 g, Sód 2373 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: kefir 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1930 kcal, białko ogółem 87 g, tłuszcz 47 g, NKT 21 g, węglowodany ogółem 306 g, w tym cukry: 59 g błonnik 26 g, Sód 2374 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: kefir 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 2129 kcal, białko ogółem 110 g, tłuszcz 80 g, NKT 24 g, węglowodany ogółem 259 g, w tym cukry: 42,6 g błonnik 33 g, Sód 28 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 II ŚNIADANIE: Serek wiejski 200 g M	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: kefir 150 g M	
Wartości odżywcze: Energia 2232 kcal, białko ogółem 111 g, tłuszcz 65,5 g, NKT 27,5 g, węglowodany ogółem 316 g, w tym cukry 66 g błonnik 26,5 g, Sód 3150 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 lauowy, 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	
Wartości odżywcze: Energia 2078 kcal, białko ogółem 86 g, tłuszcz 69 g, NKT 16 g, węglowodany ogółem 295 g, w tym cukry 58 g błonnik 30 g, Sód 3489 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: 29.07.2026 r.		ŚRODA	
Śniadanie	Obiad	Kolacja	
II śniadanie (wybrane diety)		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 wieprzowa 25 g 1 Ser żółty 25 g M Sałata 20g Ogórek 20 g Herbata czarna 300 ml Jabłko 100 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	
Wartości odżywcze: Energia 1889 kcal, białko ogółem 93 g, tłuszcz 45 g, NKT 17 g, węglowodany ogółem 291 g, w tym cukry: 48,5 g błonnik 65 g, Sód 2345 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 60 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 2057 kcal, białko ogółem 104 g, tłuszcz 49 g, NKT 13 g, węglowodany ogółem 314 g, w tym cukry: 53,5 g błonnik 24 g, Sód 1963 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 60 g		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> 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 2057 kcal, białko ogółem 104 g, tłuszcz 49 g, NKT 13 g, węglowodany ogółem 314 g, w tym cukry: 53,5 g błonnik 24 g, Sód 1963 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 Wędlna 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 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 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 2015 kcal, białko ogółem 111 g, tłuszcz 52 g, NKT 18 g, węglowodany ogółem 296 g, w tym cukry: 46 g błonnik 36 g, Sód 2840 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 60 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 2290 kcal, białko ogółem 130 g, tłuszcz 58 g, NKT 19 g, węglowodany ogółem 327 g, w tym cukry 64 g, błonnik 26 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 60 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
Wartości odżywcze: Energia 2087 kcal, białko ogółem 98 g, tłuszcz 41 g, NKT 9 g, węglowodany ogółem 337 g, w tym cukry 47 g, błonnik 28 g, Sód 3560 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: 30.07.2026 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 130 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 naturalny 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1984 kcal, białko ogółem 96 g, tłuszcz 57 g, NKT 20 g, węglowodany ogółem 287 g, w tym cukry: 76 g błonnik 31 g, Sód 3000 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 100 g	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 naturalny 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1962 kcal, białko ogółem 99 g, tłuszcz 54 g, NKT 18 g, węglowodany ogółem 283 g, w tym cukry: 55 g błonnik 23 g, Sód 2598 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 100 g		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 naturalny 150 g M
<i>Wartości odżywcze: Energia 1854 kcal, białko ogółem 97 g, tłuszcz 43 g, NKT 14 g, węglowodany ogółem 283 g, w tym cukry: 55 g błonnik 23 g, Sód 2669 mg</i>				
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 naturalny 150 g M
<i>Wartości odżywcze: Energia 2065 kcal, białko ogółem 112 g, tłuszcz 67 g, NKT 25 g, węglowodany ogółem 273 g, w tym cukry: 29 g błonnik 48 g, Sód 3454 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.

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 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 naturalny 150 g M	
Wartości odżywcze: Energia 2166 kcal, białko ogółem 124 g, tłuszcz 63 g, NKT 23 g, węglowodany ogółem 289 g, w tym cukry 62 g błonnik 23 g, Sód 3358 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 Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Sok warzywny 300 ml
Wartości odżywcze: Energia 2010 kcal, białko ogółem 78 g, tłuszcz 49 g, NKT 11,5 g, węglowodany ogółem 327 g, w tym cukry 88 g, błonnik 37 g, Sód 3737 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: 31.07.2026 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 ziołowy, sól, koperek, natka pietruszki /szczypiorek)</i> Pomidor 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml Gruszka 100 g		Zupa szpinakowa z ryżem i warzywami zabelana mlekiem 500 ml S M <i>(woda, ryż, szpinak, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko 2% tł ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy, pieprz ziołowy, sól)</i> Ziemniaki 200g Gotowana ryba z warzywami po grecku (w sosie pomidorowym) z oliwą 300 g 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 ziołowy)</i> Sałata 20 g Papryka czerwona 30 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Kefir 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1941 kcal, białko ogółem 197 g, tłuszcz 52 g, NKT 16,6 g, węglowodany ogółem 288 g, w tym cukry: 53 g błonnik 32 g, Sód 2232 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 50 g 1 Pomidor bez skórki 60 g Sałata 20 g Herbata czarna 300 ml Banan 60g		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 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: Kefir 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1847 kcal, białko ogółem 95 g, tłuszcz 29 g, NKT 14 g, węglowodany ogółem 292 g, w tym cukry: 56 g błonnik 27 g, Sód 2644 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 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 Banan 60 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, sól)</i> Ziemniaki 200 g 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 20 g Herbata czarna 300 ml POSIŁEK DODATKOWY: Kefir 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1847 kcal, białko ogółem 95 g, tłuszcz 29 g, NKT 14 g, węglowodany ogółem 292 g, w tym cukry: 56 g błonnik 27 g, Sód 2644 mg		
PIĄTEK DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJANYCH WĘGLOWODANÓW (D03)		
Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml G4 M Chleb graham 100 g G3 G4 Margaryna 15 g M Pasta jajeczna 100 g 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 50 g 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 15 g 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 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 2018 kcal, białko ogółem 102 g, tłuszcz 55,5 g, NKT 17 g, węglowodany ogółem 298 g, w tym cukry: 61 g, błonnik 40 g, Sód 2970 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 60g 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
Wartości odżywcze: Energia 2049 kcal, białko ogółem 120 g, tłuszcz 48 g, NKT 19,5 g, węglowodany ogółem 299 g, w tym cukry 63 g, błonnik 27 g, Sód 3404 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 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 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	
Wartości odżywcze: Energia 1951 kcal, białko ogółem 84 g, tłuszcz 44 g, NKT 11 g, węglowodany ogółem 323 g, w tym cukry 64 g, błonnik 37 g, Sód 3532 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: 01.08.2026 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 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 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 naturalny 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1917 kcal, białko ogółem 92,6 g, tłuszcz 60 g, NKT 17 g, węglowodany ogółem 267 g, w tym cukry: 54 g błonnik 30 g, Sód 2892 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 zabieleną 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 łodygi)</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 naturalny 150 g M
Wartości odżywcze: Energia 1982 kcal, białko ogółem 89 g, tłuszcz 62 g, NKT 17 g, węglowodany ogółem 282 g, w tym cukry: 53 g, błonnik 27 g, Sód 2663 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 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 lodygi)</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 naturalny 150 g M			
Wartości odżywcze: Energia 1982 kcal, białko ogółem 89 g, tłuszcz 62 g, NKT 17 g, węglowodany ogółem 282 g, w tym cukry: 53 g, błonnik 27 g, Sód 2663 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 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 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 naturalny 150 g M			
Wartości odżywcze: Energia 2045 kcal, białko ogółem 102 g, tłuszcz 66 g, NKT 19 g, węglowodany ogółem 280 g, w tym cukry: 63g błonnik 37 g, Sód 3118 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 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 naturalny 150 g M	
Wartości odżywcze: Energia 2185 kcal, białko ogółem 114 g, tłuszcz 71 g, NKT 23 g, węglowodany ogółem 289 g, w tym cukry 60 g błonnik 27g, Sód 3423 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 Pieczony 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 1952 kcal, białko ogółem 79 g, tłuszcz 55 g, NKT 12 g, węglowodany ogółem 303 g, w tym cukry 66 g, błonnik 34 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.