

|                   |                                       | 1                                                                                                                                                                                                                      | 2           | 3                                                                                                                                                                         | 4  | 5                                                                                                                                       | 6                            | 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                   |                                       | Śniadanie                                                                                                                                                                                                              | II ŚN       | Obiad                                                                                                                                                                     | PD | Kolacja                                                                                                                                 | PN                           | SUMA                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 01.08.2026 sobota | Podstawowa                            | Płatki ryżowe na mleku 350 ml (MLE,_)<br>Chleb pszenno-żytni 120 g (GLU,_)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Paszтет sojowy 1 szt (SOJ,_)<br><u>może zawierać:</u><br>S02,_)<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Herbata 250 ml | Banan 200 g | Pieczarkowa ze śmietaną 350 ml (GLU, MLE, SEL,_)<br>Kasza jęczmienna 80 g (GLU,_)<br>Gulasz podstawa 120 g (GLU,_)<br>Sałata ze śmietaną 140 g (MLE,_)<br>Kisiel 250 g    |    | Chleb pszenno-żytni 120 g (GLU,_)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szyńka zrazowa 50 g<br>Pomidorki koktajlowe 100 g<br>Herbata 250 ml | Jogurt owocowy 1 szt (MLE,_) | <b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 287,6<br><b>Białko</b> ogółem [g] 96,2<br><b>Tłuszcz</b> [g] 72,4<br><b>Węglowodany</b> ogółem [g] 324,9<br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 23,6<br><b>suma cukrów prostych</b> [g] 65<br><b>Sól</b> [g] 7,8<br><b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 23   |
|                   | Łatwostrawna                          | Płatki ryżowe na mleku 350 ml (MLE,_)<br>Bułka pszenna 120 g (GLU,_)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Paszтет sojowy 1 szt (SOJ,_)<br><u>może zawierać:</u><br>S02,_)<br>Herbata 250 ml                               | Banan 200 g | Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml (GLU, SEL,_)<br>Kasza jęczmienna 80 g (GLU,_)<br>Gulasz dieta 120 g (GLU, SEL,_)<br>Sałata z jogurtem 140 g (MLE,_)<br>Kisiel 250 g |    | Bułka pszenna 120 g (GLU,_)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szyńka zrazowa 50 g<br>Pomidorki koktajlowe 100 g<br>Herbata 250 ml       | Jogurt owocowy 1 szt (MLE,_) | <b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 319,4<br><b>Białko</b> ogółem [g] 98,3<br><b>Tłuszcz</b> [g] 72,3<br><b>Węglowodany</b> ogółem [g] 330,1<br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 20,5<br><b>suma cukrów prostych</b> [g] 66<br><b>Sól</b> [g] 7,4<br><b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 21,2 |
|                   | Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Płatki ryżowe na mleku 350 ml (MLE,_)<br>Bułka pszenna 120 g (GLU,_)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szyńka jubileuszowa 50 g<br>Herbata 250 ml                                                                      | Banan 200 g | Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml (GLU, SEL,_)<br>Ziemniaki 300 g<br>Gulasz dieta 120 g (GLU, SEL,_)<br>Marchewka gotowana 200 g (GLU,_)<br>Kisiel 250 g              |    | Bułka pszenna 120 g (GLU,_)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szyńka zrazowa 50 g<br>Herbata 250 ml                                     | Jogurt owocowy 1 szt (MLE,_) | <b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 246,8<br><b>Białko</b> ogółem [g] 91,4<br><b>Tłuszcz</b> [g] 65,8<br><b>Węglowodany</b> ogółem [g] 335<br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 20<br><b>suma cukrów prostych</b> [g] 74,6<br><b>Sól</b> [g] 6<br><b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 24       |

|                   |                                                         |                                                                                                                                                                                                                                    |                            |                                                                                                                                                                                                                       |                         |                                                                                                                                              |                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 01.08.2026 sobota | Bogatoresztkowa                                         | Płatki ryżowe na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> )<br>Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Paszтет sojowy 1 szt ( <u>SOJ</u> , <u>może zawierać: S02</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Herbata 250 ml | Banan 200 g                | Pieczarkowa 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna 80 g ( <u>GLU</u> )<br>Gulasz dieta 120 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> )<br>Sałata z jogurtem 140 g ( <u>MLE</u> )<br>Kisiel 250 g                    | Marchewka plastry 100 g | Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szyńka zrazowa 50 g<br>Pomidorki koktajlowe 100 g<br>Herbata 250 ml | Jogurt owocowy 1 szt ( <u>MLE</u> )                                                    | Wartość energetyczna[kcal] 2 323,8<br>Białko ogółem [g] 101,3<br>Tłuszcz [g] 64,9<br>Węglowodany ogółem [g] 352,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4<br>suma cukrów prostych [g] 71,4<br>Sól [g] 9,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 37,2        |
|                   | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Paszтет sojowy 1 szt ( <u>SOJ</u> , <u>może zawierać: S02</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Herbata 250 ml                                                      | Papryka 100 g              | Pieczarkowa 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna 80 g ( <u>GLU</u> )<br>Gulasz dieta 120 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> )<br>Sałata z jogurtem 140 g ( <u>MLE</u> )<br>Kisiel 250 g                    | Marchewka plastry 100 g | Chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szyńka zrazowa 50 g<br>Pomidorki koktajlowe 100 g<br>Herbata 250 ml      | Chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> )<br>Roślinne do smarowania 5 g<br>Szyńka gotowana 30 g | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 239<br>Białko ogółem [g] 97,2<br>Tłuszcz [g] 61,1<br>Węglowodany ogółem [g] 350,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,1<br>suma cukrów prostych [g] 33,7<br>Sól [g] 10,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 51,4   |
|                   | Bogatobiałkowa                                          | Płatki ryżowe na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Paszтет sojowy 1 szt ( <u>SOJ</u> , <u>może zawierać: S02</u> )<br>Herbata 250 ml                             | Budyń 200 g ( <u>MLE</u> ) | Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna 80 g ( <u>GLU</u> )<br>Gulasz dieta 120 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> )<br>Sałata z jogurtem 140 g ( <u>MLE</u> )<br>Kisiel 250 g |                         | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szyńka zrazowa 50 g<br>Pomidorki koktajlowe 100 g<br>Herbata 250 ml     | Jogurt owocowy 1 szt ( <u>MLE</u> )                                                    | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 344,9<br>Białko ogółem [g] 102,1<br>Tłuszcz [g] 77,2<br>Węglowodany ogółem [g] 320,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7<br>suma cukrów prostych [g] 55,1<br>Sól [g] 7,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,1 |

|                   |                                  |                                                                                                                                                  |                                              |                                                                                                                                                                                         |                                                     |                                                                                                                                           |                             |                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 01.08.2026 sobota | Płynna wzmocniona                | Płatki ryżowe z masłem 350 ml ( <u>MLE,</u> )                                                                                                    | Twaróg z żółtkiem 280 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) | Jarzynowa z płatkami owsianymi i mięsem 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )                                                                                                                     | Biszkopty z mlekiem 200 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ) | Jarzynowa z płatkami owsianymi i mięsem 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )                                                                       | Budyń 200 g ( <u>MLE,</u> ) | Wartość energetyczna[k cal] [kcal] 2 023,9<br>Białko ogółem [g] 116,1<br>Tłuszcz [g] 85,2<br>Węglowodany ogółem [g] 204,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6<br>suma cukrów prostych [g] 86,9<br>Sól [g] 3,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 11,9 |
|                   | Dieta do żywienia przez zgłębnik | Jarzynowa do sondy 220 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL,</u> )                                                                                         |                                              |                                                                                                                                                                                         |                                                     |                                                                                                                                           |                             | Wartość energetyczna[k cal] [kcal] 2 128,8<br>Białko ogółem [g] 56,4<br>Tłuszcz [g] 43,8<br>Węglowodany ogółem [g] 381,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6<br>suma cukrów prostych [g] 327<br>Sól [g] 0,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 7,8    |
|                   | Bezglutenowa                     | Chleb bezglutenowy 220 g<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Paszтет sojowy 1 szt ( <u>SOJ, może zawierać: S02,</u> )<br>Herbata 250 ml            | Banan 200 g                                  | Jarzynowa 350 ml ( <u>SEL,</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Gulasz bez glutenu 120 g ( <u>SEL,</u> )<br>Sałata z olejem 140 g<br>Kisiel 250 g                                                |                                                     | Chleb bezglutenowy 220 g<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szyńka zrazowa 50 g<br>Pomidorki koktajlowe 100 g<br>Herbata 250 ml            | Mus warzywno-owocowy 1 szt  | Wartość energetyczna[k cal] [kcal] 1 931,4<br>Białko ogółem [g] 68,6<br>Tłuszcz [g] 58,8<br>Węglowodany ogółem [g] 274,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,7<br>suma cukrów prostych [g] 36,8<br>Sól [g] 3,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 11,6  |
|                   | Bezmleczna - dieta               | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Paszтет sojowy 1 szt ( <u>SOJ, może zawierać: S02,</u> )<br>Herbata 250 ml | Banan 200 g                                  | Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Kasza jęczmienna 80 g ( <u>GLU,</u> )<br>Gulasz dieta 120 g ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Sałata z olejem 140 g<br>Kisiel 250 g |                                                     | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szyńka zrazowa 50 g<br>Pomidorki koktajlowe 100 g<br>Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt  | Wartość energetyczna[k cal] [kcal] 2 043,7<br>Białko ogółem [g] 78,8<br>Tłuszcz [g] 71,9<br>Węglowodany ogółem [g] 279,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,2<br>suma cukrów prostych [g] 41<br>Sól [g] 6,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 17,6    |

|                      |                                       |                                                                                                                                                                                                                                    |                   |                                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                                                                        |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 01.08.2026 sobota    | Wegetariańska                         | Płatki ryżowe na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> )<br>Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Paszтет sojowy 1 szt ( <u>SOJ</u> , <u>może zawierać: SO2</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Herbata 250 ml | Banan 200 g       | Pieczarkowa 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna z warzywami 350 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> )<br>Sałata z jogurtem 140 g ( <u>MLE</u> )<br>Kisiel 250 g           |  | Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidorki koktajlowe 100 g<br>Herbata 250 ml | Jogurt owocowy 1 szt ( <u>MLE</u> )   | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 116,4<br>Białko ogółem [g] 76,3<br>Tłuszcz [g] 50,5<br>Węglowodany ogółem [g] 359,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16<br>suma cukrów prostych [g] 75,8<br>Sól [g] 7,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 41      |
| 02.08.2026 niedziela | Podstawowa                            | Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> )<br>Chleb pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Krakowska parzona 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml                                    | Wafle ryżowe 30 g | Rosół 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Drob pieczony 250 g<br>Sałata vinegret 200 g<br>Kompot truskawka 250 g                                   |  | Chleb pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka konserwowa 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml                     | Sok owocowo-warzywny 1 szt            | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 405,9<br>Białko ogółem [g] 114,8<br>Tłuszcz [g] 90,7<br>Węglowodany ogółem [g] 293,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24<br>suma cukrów prostych [g] 42<br>Sól [g] 10,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,3    |
|                      | Łatwostrawna                          | Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Krakowska parzona 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml                                          | Wafle ryżowe 30 g | Rosół 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Drob gotowany 250 g<br>Sałata vinegret 200 g<br>Kompot truskawka 250 g                                   |  | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka konserwowa 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml                           | Sok owocowo-warzywny 1 szt            | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 398,9<br>Białko ogółem [g] 113,2<br>Tłuszcz [g] 87,8<br>Węglowodany ogółem [g] 298,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2<br>suma cukrów prostych [g] 45,3<br>Sól [g] 9,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 17,2 |
|                      | Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Krakowska parzona 50 g<br>Herbata 250 ml                                                           | Wafle ryżowe 30 g | Jarzynowa z makaronem 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Drob gotowany 250 g<br>Marchewka gotowana 200 g ( <u>GLU</u> )<br>Kompot truskawka 250 g |  | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka konserwowa 50 g<br>Herbata 250 ml                                          | Jogurt naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 419<br>Białko ogółem [g] 117,8<br>Tłuszcz [g] 83,4<br>Węglowodany ogółem [g] 309,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9<br>suma cukrów prostych [g] 44,4<br>Sól [g] 7,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,6   |

|                      |                                                         |                                                                                                                                                                                             |                                          |                                                                                                                                       |                     |                                                                                                                                     |                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 02.08.2026 niedziela | Bogatoresztkowa                                         | Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> )<br>Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Krakowska parzona 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml | Wafle ryżowe 30 g                        | Rosół 350 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, _</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Drób gotowany 250 g<br>Sałata vinegret 200 g<br>Kompot truskawka 250 g | Ogórek świeży 100 g | Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka konserwowa 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml | Sok owocowo-warzywny 1 szt                                                                    | Wartość energetyczna[kcal] 2 428,8<br>Białko ogółem [g] 117,3<br>Tłuszcz [g] 82,1<br>Węglowodany ogółem [g] 321,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5<br>suma cukrów prostych [g] 48,2<br>Sól [g] 11<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,9   |
|                      | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Chleb razowy 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Krakowska parzona 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml                                                            | Jogurt naturalny 150 g ( <u>MLE, _</u> ) | Rosół 350 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, _</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Drób gotowany 250 g<br>Sałata vinegret 200 g<br>Kompot truskawka 250 g | Ogórek świeży 100 g | Chleb razowy 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka konserwowa 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml      | Chleb razowy 60 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 5 g<br>Szynka jubileuszowa 30 g | Wartość energetyczna[kcal] 2 494,7<br>Białko ogółem [g] 121,5<br>Tłuszcz [g] 83,5<br>Węglowodany ogółem [g] 336,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8<br>suma cukrów prostych [g] 38,2<br>Sól [g] 12,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 45,1 |
|                      | Bogatobiałkowa                                          | Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> )<br>Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Krakowska parzona 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml     | Jogurt naturalny 150 g ( <u>MLE, _</u> ) | Rosół 350 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, _</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Drób gotowany 250 g<br>Sałata vinegret 200 g<br>Kompot truskawka 250 g |                     | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka konserwowa 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml     | Sok owocowo-warzywny 1 szt                                                                    | Wartość energetyczna[kcal] 2 379,1<br>Białko ogółem [g] 117,8<br>Tłuszcz [g] 90,3<br>Węglowodany ogółem [g] 282,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9<br>suma cukrów prostych [g] 50,3<br>Sól [g] 10<br>Błonnik pokarmowy [g] 15,7   |

02.08.2026 niedziela

|                                  |                                                                                                                                   |                                                                        |                                                                                                                                       |                                          |                                                                                                                                 |                               |                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Płynna wzmocniona                | Kasza manna z masłem 350 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> )                                                                                | Twaróg z żółtkiem 280 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> )<br>Miód naturalny 1 szt | Jarzynowa z makaronem i mięsem 350 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, _</u> )                                                                     | Jogurt naturalny 150 g ( <u>MLE, _</u> ) | Jarzynowa z makaronem i mięsem 350 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, _</u> )                                                               | Budyń 200 g ( <u>MLE, _</u> ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2077,2<br>Białko ogółem [g] 115<br>Tłuszcz [g] 56,8<br>Węglowodany ogółem [g] 280,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3<br>suma cukrów prostych [g] 68,6<br>Sól [g] 3<br>Błonnik pokarmowy [g] 7,1   |
| Dieta do żywienia przez zgłębnik | Jarzynowa do sondy 220 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, _</u> )                                                                        |                                                                        |                                                                                                                                       |                                          |                                                                                                                                 |                               | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2128,8<br>Białko ogółem [g] 56,4<br>Tłuszcz [g] 43,8<br>Węglowodany ogółem [g] 381,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6<br>suma cukrów prostych [g] 327<br>Sól [g] 0,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 7,8 |
| Bezglutenowa                     | Chleb bezglutenowy 220 g<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Krakowska parzona 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml              | Wafle ryżowe 30 g                                                      | Jarzynowa 350 ml ( <u>SEL, _</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Drób gotowany 250 g<br>Sałata vinegret 200 g<br>Kompot truskawka 250 g       |                                          | Chleb bezglutenowy 220 g<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka konserwowa 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml              | Sok owocowo-warzywny 1 szt    | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2267,3<br>Białko ogółem [g] 93,9<br>Tłuszcz [g] 80,6<br>Węglowodany ogółem [g] 285,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7<br>suma cukrów prostych [g] 23,4<br>Sól [g] 4<br>Błonnik pokarmowy [g] 13,7 |
| Bezmleczna - dieta               | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Krakowska parzona 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml | Wafle ryżowe 30 g                                                      | Rosół 350 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, _</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Drób gotowany 250 g<br>Sałata vinegret 200 g<br>Kompot truskawka 250 g |                                          | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka konserwowa 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml | Sok owocowo-warzywny 1 szt    | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2150,8<br>Białko ogółem [g] 99,6<br>Tłuszcz [g] 80,5<br>Węglowodany ogółem [g] 266<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21<br>suma cukrów prostych [g] 28,1<br>Sól [g] 9,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,7   |

|                      |                                       |                                                                                                                                                                                                                          |                            |                                                                                                                                                                                     |  |                                                                                                                                        |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 02.08.2026 niedziela | Wegetariańska                         | Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,)<br>Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU</u> ,)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Ogórek świeży 100 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml                             | Wafle ryżowe 30 g          | Jarzynowa z makaronem 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Ziemniaki 300 g<br>Jajko sadzone 100 g ( <u>JAJ</u> ,)<br>Sałata vinegret 200 g<br>Kompot truskawka 250 g |  | Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU</u> ,)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Twaróg 80 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml | Sok owocowo-warzywny 1 szt                                          | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 176,6<br>Białko ogółem [g] 79,7<br>Tłuszcz [g] 67,1<br>Węglowodany ogółem [g] 329,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6<br>suma cukrów prostych [g] 50,5<br>Sól [g] 5,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,4 |
|                      | Podstawowa                            | Makaron zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,)<br>Chleb pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU</u> ,)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zapiekana 50 g<br>Ogórek świeży 100 g<br>Herbata 250 ml | Pomidorki koktajlowe 100 g | Fasolowa 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Ryż z jabłkami i śmietaną 250 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Kompot czarna porzeczka 250 g                                                    |  | Chleb pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU</u> ,)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Polędwica sopocka 50 g<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml   | Sok wielowarzywny 1 szt ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ,) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 998,2<br>Białko ogółem [g] 78<br>Tłuszcz [g] 47,6<br>Węglowodany ogółem [g] 327<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9<br>suma cukrów prostych [g] 63,1<br>Sól [g] 5,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 24       |
|                      | Łatwostrawna                          | Makaron zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,)<br>Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> ,)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zapiekana 50 g<br>Herbata 250 ml                              | Pomidorki koktajlowe 100 g | Jarzynowa z płatkami jęczmiennymi 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Ryż z jabłkami 242 g<br>Jogurt naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Kompot czarna porzeczka 250 g            |  | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> ,)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Polędwica sopocka 50 g<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml         | Sok wielowarzywny 1 szt ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ,) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 976,3<br>Białko ogółem [g] 73,1<br>Tłuszcz [g] 51,1<br>Węglowodany ogółem [g] 314,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8<br>suma cukrów prostych [g] 63<br>Sól [g] 5,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,6   |
|                      | Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Makaron zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,)<br>Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> ,)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zapiekana 50 g<br>Herbata 250 ml                              | Mus warzywno-owowy 1 szt   | Jarzynowa z płatkami jęczmiennymi 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Ryż z jabłkami 242 g<br>Jogurt naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Kompot czarna porzeczka 250 g            |  | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> ,)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Polędwica sopocka 50 g<br>Herbata 250 ml                         | Wafle ryżowe 30 g                                                   | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 051,5<br>Białko ogółem [g] 73,1<br>Tłuszcz [g] 51<br>Węglowodany ogółem [g] 333,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7<br>suma cukrów prostych [g] 59,9<br>Sól [g] 5,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 15,7   |

03.08.2026 poniedziałek

|                                                         |                                                                                                                                                                                                        |                             |                                                                                                                                                                                                   |                    |                                                                                                                                    |                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Bogatoresztkowa                                         | Makaron zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> )<br>Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zapiekana 50 g<br>Ogórek świeży 100 g<br>Herbata 250 ml | Pomidorki koktajlowe 100 g  | Fasolowa 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Ryż z jabłkami 242 g<br>Jogurt naturalny 150 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot czarna porzeczka 250 g                                                           | Rzodkiewka 0,5 szt | Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Polędwica sopocka 50 g<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml | Sok wielowarzywny 1 szt ( <u>SEL,</u> <u>może zawierać: SEL,</u> )                             | Wartość energetyczna[kcal] 2 113,1<br>Białko ogółem [g] 85,8<br>Tłuszcz [g] 46,1<br>Węglowodany ogółem [g] 357,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3<br>suma cukrów prostych [g] 68,2<br>Sól [g] 6,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 36         |
| Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Chleb razowy 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zapiekana 50 g<br>Ogórek świeży 100 g<br>Herbata 250 ml                                                                    | Pomidorki koktajlowe 100 g  | Fasolowa 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Ryż 90 g<br>Pulpet 100 g ( <u>GLU, JAJ,</u> )<br>Sos warzywny 50 g ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Surówka z pora z olejem 200 g<br>Kompot czarna porzeczka 250 g | Rzodkiewka 0,5 szt | Chleb razowy 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Polędwica sopocka 50 g<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml      | Chleb razowy 60 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 5 g<br>Jajko 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 512,9<br>Białko ogółem [g] 103,6<br>Tłuszcz [g] 58,8<br>Węglowodany ogółem [g] 420<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1<br>suma cukrów prostych [g] 47,1<br>Sól [g] 8,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 56,1 |
| Bogatobiałkowa                                          | Makaron zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> )<br>Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zapiekana 50 g<br>Herbata 250 ml                            | Budyń 200 g ( <u>MLE,</u> ) | Jarzynowa z płatkami jęczmiennymi 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Ryż z jabłkami 242 g<br>Jogurt naturalny 150 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot czarna porzeczka 250 g                                  |                    | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Polędwica sopocka 50 g<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml     | Sok wielowarzywny 1 szt ( <u>SEL,</u> <u>może zawierać: SEL,</u> )                             | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 105,8<br>Białko ogółem [g] 77,3<br>Tłuszcz [g] 56,2<br>Węglowodany ogółem [g] 331<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1<br>suma cukrów prostych [g] 73,6<br>Sól [g] 6,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 15,4  |



03.08.2026 poniedziałek

|                                  |                                                                                                     |                                              |                                                                                           |                                                     |                                                                                                                     |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Płynna wzmocniona                | Makaron zacierka z masłem 350 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> )                                          | Twaróg z żółtkiem 280 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) | Jarzynowa z płatkami jęczmiennymi i mięsem 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )                    | Biszkopty z mlekiem 200 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ) | Jarzynowa z płatkami jęczmiennymi i mięsem 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )                                              | Budyń 200 g ( <u>MLE,</u> )                                 | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 972,2<br>Białko ogółem [g] 132,6<br>Tłuszcz [g] 61,1<br>Węglowodany ogółem [g] 229,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4<br>suma cukrów prostych [g] 89,2<br>Sól [g] 4,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 12 |
| Dieta do żywienia przez zgłębnik | Jarzynowa do sondy 220 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL,</u> )                                            |                                              |                                                                                           |                                                     |                                                                                                                     |                                                             | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 128,8<br>Białko ogółem [g] 56,4<br>Tłuszcz [g] 43,8<br>Węglowodany ogółem [g] 381,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6<br>suma cukrów prostych [g] 327<br>Sól [g] 0,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 7,8  |
| Bezglutenowa                     | Chleb bezglutenowy 250 g<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szyńska zapiekana 50 g<br>Herbata 250 ml | Pomidorki koktajlowe 100 g                   | Jarzynowa 350 ml ( <u>SEL,</u> )<br>Ryż z jabłkami 242 g<br>Kompot czarna porzeczka 250 g |                                                     | Chleb bezglutenowy 250 g<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Polędwica sopocka 50 g<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml | Sok wielowarzywny 1 szt ( <u>SEL, może zawierać: SEL,</u> ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 822,4<br>Białko ogółem [g] 49,5<br>Tłuszcz [g] 43,1<br>Węglowodany ogółem [g] 299,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,9<br>suma cukrów prostych [g] 34,9<br>Sól [g] 2,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 10,8 |

|                         |                    |                                                                                                                                                                                                                    |                            |                                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                                                                                             |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 03.08.2026 poniedziałek | Bezmleczna - dieta | Bułka pszenna 180 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zapiekana 50 g<br>Herbata 250 ml                                                                                                      | Pomidorki koktajlowe 100 g | Jarzynowa z płatkami jęczmiennymi 350 ml ( <u>GLU,</u> <u>SEL,</u> )<br>Ryż z jabłkami 242 g<br>Kompot czarna porzeczka 250 g                                                                |  | Bułka pszenna 180 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Polędwica sopocka 50 g<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml                                                              | Sok wielowarzywny 1 szt ( <u>SEL,</u> <u>może zawierać: SEL,</u> ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 948,7<br>Białko ogółem [g] 60,8<br>Tłuszcz [g] 45,5<br>Węglowodany ogółem [g] 333,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,1<br>suma cukrów prostych [g] 41,7<br>Sól [g] 6,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 18   |
|                         | Wegetariańska      | Makaron zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU,</u> <u>JAJ,</u> <u>MLE,</u> )<br>Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Dżem truskawka 50 g<br>Ogórek świeży 100 g<br>Herbata 250 ml | Pomidorki koktajlowe 100 g | Fasolowa 350 ml ( <u>GLU,</u> <u>SEL,</u> )<br>Ryż z jabłkami 242 g<br>Jogurt naturalny 150 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot czarna porzeczka 250 g                                               |  | Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Paszтет sojowy 1 szt ( <u>SOJ,</u> <u>może zawierać: SO2,</u> )<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml                 | Sok wielowarzywny 1 szt ( <u>SEL,</u> <u>może zawierać: SEL,</u> ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 194,4<br>Białko ogółem [g] 79,4<br>Tłuszcz [g] 52,6<br>Węglowodany ogółem [g] 368,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3<br>suma cukrów prostych [g] 80,3<br>Sól [g] 7,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,7 |
| 04.08.2026 wtorek       | Podstawowa         | Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>GLU,</u> <u>MLE,</u> )<br>Chleb pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Twaróg 80 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml           | Jabłko 200 g               | Kalafiorowa ze śmietaną 350 ml ( <u>GLU,</u> <u>MLE,</u> <u>SEL,</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Karkówka 100 g ( <u>GLU,</u> )<br>Surówka z ogórka kiszzonego 135 g<br>Galaretka owocowa 250 ml |  | Chleb pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Sałatka z makreli 180 g ( <u>JAJ,</u> <u>RYB,</u> <u>może zawierać: SO2,</u> )<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt                                         | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 145,8<br>Białko ogółem [g] 94,2<br>Tłuszcz [g] 72,8<br>Węglowodany ogółem [g] 289,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22<br>suma cukrów prostych [g] 46,9<br>Sól [g] 6,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,2   |

|                   |                                       |                                                                                                                                                                                          |                   |                                                                                                                                                                                                             |                             |                                                                                                                                                                                 |                             |                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 04.08.2026 wtorek | Łatwostrawna                          | Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,) Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> ,) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg 80 g ( <u>MLE</u> ,) Pomidor 100 g Herbata 250 ml     | Jabłko 200 g      | Kalafiorowa 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g ( <u>GLU</u> ,) Marchewka gotowana 200 g ( <u>GLU</u> ,) Galaretka owocowa 250 ml             |                             | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> ,) Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml                                                               | Mus warzywno-owoco wy 1 szt | Wartość energetyczna[k cal] [kcal] 2 150,6 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 63,5 Węglowodany ogółem [g] 305,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 suma cukrów prostych [g] 54,6 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,2 |
|                   | Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,) Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> ,) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg 80 g ( <u>MLE</u> ,) Herbata 250 ml                   | Wafle ryżowe 30 g | Jarzynowa z kaszą manną 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g ( <u>GLU</u> ,) Marchewka gotowana 200 g ( <u>GLU</u> ,) Galaretka owocowa 250 ml |                             | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> ,) Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Herbata 250 ml                                                                           | Mus warzywno-owoco wy 1 szt | Wartość energetyczna[k cal] [kcal] 2 190,4 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 314,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 suma cukrów prostych [g] 37,8 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,2     |
|                   | Bogatoresztkowa                       | Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,) Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU</u> ,) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg 80 g ( <u>MLE</u> ,) Pomidor 100 g Herbata 250 ml | Jabłko 200 g      | Kalafiorowa 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g ( <u>GLU</u> ,) Surówka z ogórka kiszzonego 135 g Galaretka owocowa 250 ml                    | Kefir 1 szt ( <u>MLE</u> ,) | Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU</u> ,) Roślinne do smarowania 20 g Sałatka z makreli 180 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , może zawierać: <u>S02</u> ,) Rukola 10 g Herbata 250 ml | Mus warzywno-owoco wy 1 szt | Wartość energetyczna[k cal] [kcal] 2 152 Białko ogółem [g] 108,4 Tłuszcz [g] 56,9 Węglowodany ogółem [g] 318,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 suma cukrów prostych [g] 54,6 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 32,3     |

|                   |                                                         |                                                                                                                                                                                             |                                                                      |                                                                                                                                                                                                        |                             |                                                                                                                                                                        |                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 04.08.2026 wtorek | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>GLU, MLE,</b> )<br>Chleb razowy 120 g ( <b>GLU,</b> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Twaróg 80 g ( <b>MLE,</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml  | Papryka 100 g                                                        | Kalafiorowa 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Schab gotowany 100 g<br>Sos koperkowy dieta 50 g ( <b>GLU,</b> )<br>Surówka z ogórka kiszzonego 135 g<br>Kompot truskawka 250 g          | Kefir 1 szt ( <b>MLE,</b> ) | Chleb razowy 120 g ( <b>GLU,</b> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Sałatka z makreli 180 g ( <b>JAJ, RYB, może zawierać: S02,</b> )<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml | Chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> )<br>Roślinne do smarowania 5 g<br>Schab gotowany 100 g | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 572,2<br>Białko ogółem [g] 140,1<br>Tłuszcz [g] 66,1<br>Węglowodany ogółem [g] 379,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2<br>suma cukrów prostych [g] 55,6<br>Sól [g] 9,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 49,9 |
|                   | Bogatobiałkowa                                          | Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>GLU, MLE,</b> )<br>Bułka pszenna 120 g ( <b>GLU,</b> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Twaróg 80 g ( <b>MLE,</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml | Kefir 1 szt ( <b>MLE,</b> )                                          | Kalafiorowa 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Schab gotowany 100 g<br>Sos koperkowy dieta 50 g ( <b>GLU,</b> )<br>Marchewka gotowana 200 g ( <b>GLU,</b> )<br>Galaretka owocowa 250 ml |                             | Bułka pszenna 120 g ( <b>GLU,</b> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Krakowska parzona 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml                                          | Mus warzywno-owocowy 1 szt                                                              | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 127,6<br>Białko ogółem [g] 104,6<br>Tłuszcz [g] 64,9<br>Węglowodany ogółem [g] 292,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9<br>suma cukrów prostych [g] 44,5<br>Sól [g] 5,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,3 |
|                   | Płynna wzmocniona                                       | Płatki owsiane z masłem 350 ml ( <b>GLU, MLE,</b> )                                                                                                                                         | Twaróg z żółtkiem 280 g ( <b>JAJ, MLE,</b> )<br>Miód naturalny 1 szt | Jarzynowa z kaszą manną i mięsem 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )                                                                                                                                           | Kefir 1 szt ( <b>MLE,</b> ) | Jarzynowa z kaszą manną i mięsem 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )                                                                                                           | Budyń 200 g ( <b>MLE,</b> )                                                             | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 113,7<br>Białko ogółem [g] 126,1<br>Tłuszcz [g] 57,6<br>Węglowodany ogółem [g] 279,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5<br>suma cukrów prostych [g] 62<br>Sól [g] 3,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 11,9   |

|                   |                                  |                                                                                                                                     |              |                                                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 04.08.2026 wtorek | Dieta do żywienia przez zgłębnik | Jarzynowa do sondy 220 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, _</u> )                                                                          |              |                                                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                                 | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 128,8<br>Białko ogółem [g] 56,4<br>Tłuszcz [g] 43,8<br>Węglowodany ogółem [g] 381,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6<br>suma cukrów prostych [g] 327<br>Sól [g] 0,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 7,8 |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                   | Bezglutenowa                     | Chleb bezglutenowy 220 g<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka jubileuszowa 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml              | Jabłko 200 g | Jarzynowa 350 ml ( <u>SEL, _</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Schab gotowany 100 g<br>Marchewka gotowana (bez glutenu) 200 g<br>Galaretka owocowa 250 ml                                                          |  | Chleb bezglutenowy 220 g<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Krakowska parzona 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml              | Mus warzywno-owocowy 1 szt                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 894,9<br>Białko ogółem [g] 74<br>Tłuszcz [g] 52,8<br>Węglowodany ogółem [g] 276,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,1<br>suma cukrów prostych [g] 35,9<br>Sól [g] 2,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,4   |
|                   | Bezmleczna - dieta               | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka jubileuszowa 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml | Jabłko 200 g | Kalafiorowa 350 ml ( <u>GLU, SEL, _</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Schab gotowany 100 g<br>Sos koperkowy dieta 50 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Marchewka gotowana 200 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Galaretka owocowa 250 ml |  | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Krakowska parzona 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 832,7<br>Białko ogółem [g] 79,8<br>Tłuszcz [g] 52,7<br>Węglowodany ogółem [g] 271,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,2<br>suma cukrów prostych [g] 41,1<br>Sól [g] 5,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,1 |

|                   |                                       |                                                                                                                                                                                                       |                            |                                                                                                                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                                                                               |                            |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 04.08.2026 wtorek | Wegetariańska                         | Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> )<br>Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Twaróg 80 g ( <u>MLE, _</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml | Jabłko 200 g               | Kalafiorowa 350 ml ( <u>GLU, SEL, _</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Sos koperkowy dieta 50 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Surówka z ogórka kiszzonego 135 g<br>Galaretka owocowa 250 ml                                                      |  | Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Paszтет sojowy 1 szt ( <u>SOJ, _</u> )<br><u>może zawierać: S02, _</u><br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml                           | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 986,7<br>Białko ogółem [g] 79<br>Tłuszcz [g] 55,8<br>Węglowodany ogółem [g] 308,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9<br>suma cukrów prostych [g] 50,2<br>Sól [g] 6,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,2   |
| 05.08.2026 środa  | Podstawowa                            | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> )<br>Chleb pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka konserwowa 50 g<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml    | Pomarańcza 200 g           | Barszcz ukraiński ze śmietaną 350 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> )<br><u>może zawierać: S02, _</u><br>Ziemniaki 300 g<br>Kotlet mielony 100 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> )<br>Sałata ze śmietaną 140 g ( <u>MLE, _</u> )<br>Kisiel 250 g |  | Chleb pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Sałatka jarzynowa 250 g ( <u>JAJ, SEL, _</u> )<br><u>może zawierać: GOR, S02, _</u><br>Kielbasa żywiecka 30 g<br>Herbata 250 ml | Sok pomidorowy 1 szt       | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 424,2<br>Białko ogółem [g] 92,7<br>Tłuszcz [g] 90,1<br>Węglowodany ogółem [g] 326,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7<br>suma cukrów prostych [g] 65,6<br>Sól [g] 7,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,2 |
|                   | Łatwostrawna                          | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> )<br>Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka konserwowa 50 g<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml          | Pomarańcza 200 g           | Jarzynowa z płatkami ryżowymi 350 ml ( <u>SEL, _</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Pulpet 100 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> )<br>Sos koperkowy dieta 50 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Sałata z jogurtem 140 g ( <u>MLE, _</u> )<br>Kisiel 250 g      |  | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Sałatka jarzynowa dieta 250 g ( <u>JAJ, SEL, _</u> )<br><u>może zawierać: GOR, S02, _</u><br>Kielbasa żywiecka 30 g<br>Herbata 250 ml | Sok pomidorowy 1 szt       | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 289<br>Białko ogółem [g] 89,5<br>Tłuszcz [g] 74,4<br>Węglowodany ogółem [g] 329,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8<br>suma cukrów prostych [g] 57,2<br>Sól [g] 7,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,7   |
|                   | Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> )<br>Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka konserwowa 50 g<br>Herbata 250 ml                          | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Jarzynowa z płatkami ryżowymi 350 ml ( <u>SEL, _</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Pulpet 100 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> )<br>Sos koperkowy dieta 50 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Marchewka gotowana 200 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Kisiel 250 g     |  | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Kielbasa żywiecka 50 g<br>Herbata 250 ml                                                                                              | Wafle ryżowe 30 g          | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 246,4<br>Białko ogółem [g] 89,5<br>Tłuszcz [g] 65<br>Węglowodany ogółem [g] 338,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5<br>suma cukrów prostych [g] 41,7<br>Sól [g] 7,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,5   |

05.08.2026 środa

|                                                         |                                                                                                                                                                                                  |                               |                                                                                                                                                                                                                                          |                    |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Bogatoresztkowa                                         | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>GLU, MLE, .</b> )<br>Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, .</b> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka konserwowa 50 g<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml | Pomarańcza 200 g              | Barszcz ukraiński 350 ml ( <b>GLU, SEL, może zawierać: S02, .</b> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Pulpet 100 g ( <b>GLU, JAJ, .</b> )<br>Sos koperkowy dieta 50 g ( <b>GLU, .</b> )<br>Sałata z jogurtem 140 g ( <b>MLE, .</b> )<br>Kisiel 250 g | Rzodkiewka 0,5 szt | Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, .</b> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Sałatka jarzynowa 250 g ( <b>JAJ, SEL, może zawierać: GOR, S02, .</b> )<br>Kielbasa żywiecka 30 g<br>Herbata 250 ml   | Sok pomidorowy 1 szt                                                                                     | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 348,3<br>Białko ogółem [g] 97,1<br>Tłuszcz [g] 68,4<br>Węglowodany ogółem [g] 357,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19<br>suma cukrów prostych [g] 64,7<br>Sól [g] 8,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 42,2     |
| Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Chleb razowy 120 g ( <b>GLU, .</b> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka konserwowa 50 g<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml                                                                  | Pomidorki koktajlowe 100 g    | Barszcz ukraiński 350 ml ( <b>GLU, SEL, może zawierać: S02, .</b> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Pulpet 100 g ( <b>GLU, JAJ, .</b> )<br>Sos koperkowy dieta 50 g ( <b>GLU, .</b> )<br>Sałata z jogurtem 140 g ( <b>MLE, .</b> )<br>Kisiel 250 g | Rzodkiewka 0,5 szt | Chleb razowy 120 g ( <b>GLU, .</b> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Sałatka jarzynowa 250 g ( <b>JAJ, SEL, może zawierać: GOR, S02, .</b> )<br>Kielbasa żywiecka 30 g<br>Herbata 250 ml        | Chleb razowy 60 g ( <b>GLU, .</b> )<br>Roślinne do smarowania 5 g<br>Pulpet 100 g ( <b>GLU, JAJ, .</b> ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 594,2<br>Białko ogółem [g] 112,5<br>Tłuszcz [g] 73,4<br>Węglowodany ogółem [g] 399,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7<br>suma cukrów prostych [g] 43,7<br>Sól [g] 10,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 56,3 |
| Bogatobiłkowa                                           | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>GLU, MLE, .</b> )<br>Bułka pszenna 120 g ( <b>GLU, .</b> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka konserwowa 50 g<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml     | Budyń 200 g ( <b>MLE, .</b> ) | Jarzynowa z płatkami ryżowymi 350 ml ( <b>SEL, .</b> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Pulpet 100 g ( <b>GLU, JAJ, .</b> )<br>Sos koperkowy dieta 50 g ( <b>GLU, .</b> )<br>Sałata z jogurtem 140 g ( <b>MLE, .</b> )<br>Kisiel 250 g              |                    | Bułka pszenna 120 g ( <b>GLU, .</b> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Sałatka jarzynowa dieta 250 g ( <b>JAJ, SEL, może zawierać: GOR, S02, .</b> )<br>Kielbasa żywiecka 30 g<br>Herbata 250 ml | Sok pomidorowy 1 szt                                                                                     | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 369<br>Białko ogółem [g] 93,3<br>Tłuszcz [g] 79,4<br>Węglowodany ogółem [g] 332,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2<br>suma cukrów prostych [g] 58<br>Sól [g] 7,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 23         |

05.08.2026 środa

|                                  |                                                                                                                                  |                                                                        |                                                                                                                                                                                                         |                                                       |                                                                                                                                                                                                   |                               |                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Płynna wzmocniona                | Płatki jęczmienne z masłem 350 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> )                                                                         | Twaróg z żółtkiem 280 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> )<br>Miód naturalny 1 szt | Jarzynowa z płatkami ryżowymi i mięsem 350 ml ( <u>SEL, _</u> )                                                                                                                                         | Biszkopty z mlekiem 200 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> ) | Jarzynowa z płatkami ryżowymi i mięsem 350 ml ( <u>SEL, _</u> )                                                                                                                                   | Budyń 200 g ( <u>MLE, _</u> ) | Wartość energetyczna[kcal] 2 191,9<br>Białko ogółem [g] 117,1<br>Tłuszcz [g] 57,6<br>Węglowodany ogółem [g] 310,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7<br>suma cukrów prostych [g] 95,8<br>Sól [g] 5<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,5 |
| Dieta do żywienia przez zgłębnik | Jarzynowa do sondy 220 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, _</u> )                                                                       |                                                                        |                                                                                                                                                                                                         |                                                       |                                                                                                                                                                                                   |                               | Wartość energetyczna[kcal] 2 128,8<br>Białko ogółem [g] 56,4<br>Tłuszcz [g] 43,8<br>Węglowodany ogółem [g] 381,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6<br>suma cukrów prostych [g] 327<br>Sól [g] 0,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 7,8  |
| Bezglutenowa                     | Chleb bezglutenowy 220 g<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka konserwowa 50 g<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml              | Pomarańcza 200 g                                                       | Jarzynowa z płatkami ryżowymi 350 ml ( <u>SEL, _</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Pulpet bez glutenu 100 g ( <u>JAJ, _</u> )<br>Sałata z olejem 140 g<br>Kisiel 250 g                                        |                                                       | Chleb bezglutenowy 220 g<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Sałatka jarzynowa dieta 250 g ( <u>JAJ, SEL, może zawierać: GOR, S02, _</u> )<br>Kielbasa żywiecka 30 g<br>Herbata 250 ml              | Sok pomidorowy 1 szt          | Wartość energetyczna[kcal] 2 039,2<br>Białko ogółem [g] 66,9<br>Tłuszcz [g] 74<br>Węglowodany ogółem [g] 272,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,9<br>suma cukrów prostych [g] 32,3<br>Sól [g] 3,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 17,8  |
| Bezmleczna - dieta               | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka konserwowa 50 g<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml | Pomarańcza 200 g                                                       | Jarzynowa z płatkami ryżowymi 350 ml ( <u>SEL, _</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Pulpet 100 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> )<br>Sos koperkowy dieta 50 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Sałata z olejem 140 g<br>Kisiel 250 g |                                                       | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Sałatka jarzynowa dieta 250 g ( <u>JAJ, SEL, może zawierać: GOR, S02, _</u> )<br>Kielbasa żywiecka 30 g<br>Herbata 250 ml | Sok pomidorowy 1 szt          | Wartość energetyczna[kcal] 2 078<br>Białko ogółem [g] 73<br>Tłuszcz [g] 75,5<br>Węglowodany ogółem [g] 289<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5<br>suma cukrów prostych [g] 37,7<br>Sól [g] 6,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,3      |



## Jadłospisy za okres od dnia 01.08.2026 do dnia 10.08.2026 KUCHNIA SZPITALNA

|                  |                                       |                                                                                                                                                                                                           |                                         |                                                                                                                                                                                                                            |  |                                                                                                                                                                     |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 05.08.2026 środa | Wegetariańska                         | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml ( <u>GLU, MLE,.</u> )<br>Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU,.</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE,.</u> )<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml   | Pomarańcza 200 g                        | Barszcz ukraiński 350 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: S02,.</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Pulpet z soczewicy 100 g<br>Sos koperkowy dieta 50 g ( <u>GLU,.</u> )<br>Sałata z jogurtem 140 g ( <u>MLE,.</u> )<br>Kisiel 250 g |  | Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU,.</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Sałatka jarzynowa 250 g ( <u>JAJ, SEL, może zawierać: GOR, S02,.</u> )<br>Herbata 250 ml | Sok pomidorowy 1 szt                                         | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 289,9<br>Białko ogółem [g] 82,2<br>Tłuszcz [g] 56<br>Węglowodany ogółem [g] 388,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4<br>suma cukrów prostych [g] 65<br>Sól [g] 6,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 47,9     |
|                  | Podstawowa                            | Makaron zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE,.</u> )<br>Chleb pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU,.</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zrazowa 50 g<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Herbata 250 ml | Jogurt naturalny 150 g ( <u>MLE,.</u> ) | Brokułowa ze śmietaną 350 ml ( <u>GLU, MLE, SEL,.</u> )<br>Kurczak w sosie z ryżem (podstawa) 300 g ( <u>SEL,.</u> )<br>Sałata vinegret 200 g<br>Syrup owocowy 250 g                                                       |  | Chleb pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU,.</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE,.</u> )<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml                       | Sok wielowarzywny 1 szt ( <u>SEL, może zawierać: SEL,.</u> ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 121,6<br>Białko ogółem [g] 89,7<br>Tłuszcz [g] 62,8<br>Węglowodany ogółem [g] 309,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5<br>suma cukrów prostych [g] 52,9<br>Sól [g] 6,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,4 |
|                  | Łatwostrawna                          | Makaron zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE,.</u> )<br>Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,.</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zrazowa 50 g<br>Herbata 250 ml                               | Jogurt naturalny 150 g ( <u>MLE,.</u> ) | Brokułowa 350 ml ( <u>GLU, SEL,.</u> )<br>Kurczak w sosie z ryżem 300 g ( <u>SEL,.</u> )<br>Sałata vinegret 200 g<br>Syrup owocowy 250 g                                                                                   |  | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,.</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka gotowana 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml                                        | Sok wielowarzywny 1 szt ( <u>SEL, może zawierać: SEL,.</u> ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 109,6<br>Białko ogółem [g] 92,6<br>Tłuszcz [g] 60,4<br>Węglowodany ogółem [g] 306,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8<br>suma cukrów prostych [g] 52,2<br>Sól [g] 7,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 14,2 |
|                  | Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Makaron zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE,.</u> )<br>Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,.</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zrazowa 50 g<br>Herbata 250 ml                               | Jogurt naturalny 150 g ( <u>MLE,.</u> ) | Jarzynowa 350 ml ( <u>SEL,.</u> )<br>Kurczak w sosie z ryżem 300 g ( <u>SEL,.</u> )<br>Syrup owocowy 250 g                                                                                                                 |  | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,.</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka gotowana 50 g<br>Herbata 250 ml                                                       | Wafle ryżowe 30 g                                            | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 49,8<br>Białko ogółem [g] 92,2<br>Tłuszcz [g] 49,8<br>Węglowodany ogółem [g] 326,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8<br>suma cukrów prostych [g] 47,6<br>Sól [g] 6,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 13,9  |

|                     |                                                         |                                                                                                                                                                                                       |                                        |                                                                                                                                                  |                                        |                                                                                                                                 |                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 06.08.2026 czwartek | Bogatoresztkowa                                         | Makaron zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> )<br>Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zrazowa 50 g<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Herbata 250 ml | Papryka 100 g                          | Brokułowa 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Kurczak w sosie z ryżem 300 g ( <u>SEL,</u> )<br>Sałata vinegret 200 g<br>Syrop owocowy 250 g           | Jogurt naturalny 150 g ( <u>MLE,</u> ) | Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka gotowana 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml | Sok wielowarzywny 1 szt ( <u>SEL,</u> <u>może zawierać: SEL,</u> )                       | Wartość energetyczna[kcal] 2 157,8<br>Białko ogółem [g] 97,4<br>Tłuszcz [g] 55<br>Węglowodany ogółem [g] 333,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1<br>suma cukrów prostych [g] 57,9<br>Sól [g] 8,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,3   |
|                     | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Chleb razowy 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zrazowa 50 g<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Herbata 250 ml                                                                    | Papryka 100 g                          | Brokułowa 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Kurczak w sosie z ryżem 300 g ( <u>SEL,</u> )<br>Sałata vinegret 200 g<br>Kompot czarna porzeczka 250 g | Jogurt naturalny 150 g ( <u>MLE,</u> ) | Chleb razowy 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka gotowana 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml      | Chleb razowy 60 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 5 g<br>Szynka zapiekana 30 g | Wartość energetyczna[kcal] 2 195<br>Białko ogółem [g] 94,6<br>Tłuszcz [g] 53,3<br>Węglowodany ogółem [g] 356,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,5<br>suma cukrów prostych [g] 41,1<br>Sól [g] 9,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 46,1   |
|                     | Bogatobialkowa                                          | Makaron zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> )<br>Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zrazowa 50 g<br>Herbata 250 ml                             | Jogurt naturalny 150 g ( <u>MLE,</u> ) | Brokułowa 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Kurczak w sosie z ryżem 300 g ( <u>SEL,</u> )<br>Sałata vinegret 200 g<br>Syrop owocowy 250 g           |                                        | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka gotowana 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml     | Sok wielowarzywny 1 szt ( <u>SEL,</u> <u>może zawierać: SEL,</u> )                       | Wartość energetyczna[kcal] 2 109,6<br>Białko ogółem [g] 92,6<br>Tłuszcz [g] 60,4<br>Węglowodany ogółem [g] 306,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8<br>suma cukrów prostych [g] 52,2<br>Sól [g] 7,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 14,2 |

|                     |                                  |                                                                                                             |                                                                      |                                                                                                                                        |                                        |                                                                                                                             |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 06.08.2026 czwartek | Płynna wzmocniona                | Makaron zacierka z masłem 350 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> )                                                  | Twaróg z żółtkiem 280 g ( <u>JAJ, MLE,</u> )<br>Miód naturalny 1 szt | Jarzynowa z mięsem 350 ml ( <u>SEL,</u> )                                                                                              | Jogurt naturalny 150 g ( <u>MLE,</u> ) | Jarzynowa z mięsem 350 ml ( <u>SEL,</u> )                                                                                   | Budyń 350 g ( <u>MLE,</u> )                                 | Wartość energetyczna[kcal] 1 837,1<br>Białko ogółem [g] 108,8<br>Tłuszcz [g] 56,3<br>Węglowodany ogółem [g] 226,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25<br>suma cukrów prostych [g] 78,2<br>Sól [g] 3,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 4,9        |
|                     | Dieta do żywienia przez zgłębnik | Jarzynowa do sondy 220 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL,</u> )                                                    |                                                                      |                                                                                                                                        |                                        |                                                                                                                             |                                                             | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 128,8<br>Białko ogółem [g] 56,4<br>Tłuszcz [g] 43,8<br>Węglowodany ogółem [g] 381,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6<br>suma cukrów prostych [g] 327<br>Sól [g] 0,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 7,8 |
|                     | Bezglutenowa                     | Chleb bezglutenowy 220 g<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zrazowa 50 g<br>Herbata 250 ml            | Jogurt naturalny 150 g ( <u>MLE,</u> )                               | Jarzynowa 350 ml ( <u>SEL,</u> )<br>Kurczak w sosie z ryżem 300 g ( <u>SEL,</u> )<br>Sałata vinegret 200 g<br>Syrup owocowy 250 g      |                                        | Chleb bezglutenowy 220 g<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka gotowana 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml            | Sok wielowarzywny 1 szt ( <u>SEL, może zawierać: SEL,</u> ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 971,2<br>Białko ogółem [g] 74<br>Tłuszcz [g] 54,3<br>Węglowodany ogółem [g] 288,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,5<br>suma cukrów prostych [g] 30,5<br>Sól [g] 4,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 9,9  |
|                     | Bezmleczna - dieta               | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zrazowa 50 g<br>Herbata 250 ml | Wafle ryżowe 30 g                                                    | Brokułowa 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Kurczak w sosie z ryżem 300 g ( <u>SEL,</u> )<br>Sałata vinegret 200 g<br>Syrup owocowy 250 g |                                        | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka gotowana 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml | Sok wielowarzywny 1 szt ( <u>SEL, może zawierać: SEL,</u> ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 839<br>Białko ogółem [g] 72,5<br>Tłuszcz [g] 50,1<br>Węglowodany ogółem [g] 282,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,7<br>suma cukrów prostych [g] 29,9<br>Sól [g] 6,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 15   |

|                     |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                        |                                                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                                            |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 06.08.2026 czwartek | Wegetariańska                         | Makaron zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,)<br>Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU</u> ,)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Pasztet sojowy 1 szt ( <u>SOJ</u> ,<br><u>może zawierać: S02</u> ,)<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Herbata 250 ml | Jogurt naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ,) | Brokułowa 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Risotto z warzywami 300 g ( <u>SEL</u> ,)<br>Sałata vinegret 200 g<br>Syrup owocowy 250 g                                                                   |  | Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU</u> ,)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Twaróg 80 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml     | Sok wielowarzywny 1 szt ( <u>SEL</u> ,<br><u>może zawierać: SEL</u> ,) | Wartość energetyczna[k cal] [kcal] 2 261,1<br>Białko ogółem [g] 88,5<br>Tłuszcz [g] 62<br>Węglowodany ogółem [g] 353,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9<br>suma cukrów prostych [g] 60,1<br>Sól [g] 8,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,7   |
|                     | Podstawowa                            | Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,)<br>Chleb pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU</u> ,)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Twaróg z dżemem z czarnej porzeczki 85 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Herbata 250 ml                                                    | Jabłko 200 g                           | Zacierkowa 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Ziemniaki 300 g<br>Ryba smażona 120 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ,)<br>Surówka z kiszonej kapusty 200 g<br>Kompot truskawka 250 g |  | Chleb pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU</u> ,)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Jajko 1 szt ( <u>JAJ</u> ,)<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt                                             | Wartość energetyczna[k cal] [kcal] 2 191,6<br>Białko ogółem [g] 86,7<br>Tłuszcz [g] 71,6<br>Węglowodany ogółem [g] 312<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,4<br>suma cukrów prostych [g] 58,7<br>Sól [g] 5,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,2   |
| 07.08.2026 piątek   | Łatwostrawna                          | Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,)<br>Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> ,)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Twaróg z dżemem z czarnej porzeczki 85 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Herbata 250 ml                                                          | Jabłko 200 g                           | Zacierkowa 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Ziemniaki 300 g<br>Ryba w warzywach 120 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Kompot truskawka 250 g                                              |  | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> ,)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Jajko 1 szt ( <u>JAJ</u> ,)<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml       | Mus warzywno-owocowy 1 szt                                             | Wartość energetyczna[k cal] [kcal] 1 986,5<br>Białko ogółem [g] 81,9<br>Tłuszcz [g] 52,1<br>Węglowodany ogółem [g] 308,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,2<br>suma cukrów prostych [g] 65,9<br>Sól [g] 4,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,6 |
|                     | Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,)<br>Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> ,)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Twaróg z dżemem z czarnej porzeczki 85 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Herbata 250 ml                                                          | Pieczywo wasa 30 g ( <u>GLU</u> ,)     | Zacierkowa 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Ziemniaki 300 g<br>Ryba w warzywach 120 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Kompot truskawka 250 g                                              |  | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> ,)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Krakowska parzona 50 g<br>Herbata 250 ml                             | Mus warzywno-owocowy 1 szt                                             | Wartość energetyczna[k cal] [kcal] 2 082,1<br>Białko ogółem [g] 90,8<br>Tłuszcz [g] 57,5<br>Węglowodany ogółem [g] 310,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2<br>suma cukrów prostych [g] 49,1<br>Sól [g] 5,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,4 |

|                   |                                                         |                                                                                                                                                                                                                     |                                     |                                                                                                                                                                                                        |               |                                                                                                                                            |                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 07.08.2026 piątek | Bogatoresztkowa                                         | Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , )<br>Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU</u> , )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Twaróg z dżemem z czarnej porzeczki 85 g ( <u>MLE</u> , )<br>Herbata 250 ml | Jabłko 200 g                        | Zacierkowa 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , )<br>Ziemniaki 300 g<br>Ryba w warzywach 120 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , )<br>Surówka z kiszzonej kapusty 200 g<br>Kompot truskawka 250 g | Papryka 100 g | Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU</u> , )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Jajko 1 szt ( <u>JAJ</u> , )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt                                                                               | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 158,9<br>Białko ogółem [g] 88,5<br>Tłuszcz [g] 57,1<br>Węglowodany ogółem [g] 342,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3<br>suma cukrów prostych [g] 73,7<br>Sól [g] 6,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 39,6 |
|                   | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> , )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Twaróg 80 g ( <u>MLE</u> , )<br>Ogórek świeży 100 g<br>Herbata 250 ml                                                                         | Pieczywo wasa 30 g ( <u>GLU</u> , ) | Zacierkowa 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , )<br>Ziemniaki 300 g<br>Ryba w warzywach 120 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , )<br>Surówka z kiszzonej kapusty 200 g<br>Kompot truskawka 250 g | Papryka 100 g | Chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> , )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Jajko 1 szt ( <u>JAJ</u> , )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml      | Chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> , )<br>Roślinne do smarowania 5 g<br>Ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> , ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 334,3<br>Białko ogółem [g] 106<br>Tłuszcz [g] 56,4<br>Węglowodany ogółem [g] 378,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,9<br>suma cukrów prostych [g] 40,5<br>Sól [g] 8,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 56    |
|                   | Bogatobiałkowa                                          | Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , )<br>Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> , )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Twaróg z dżemem z czarnej porzeczki 85 g ( <u>MLE</u> , )<br>Herbata 250 ml     | Budyń 200 g ( <u>MLE</u> , )        | Zacierkowa 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , )<br>Ziemniaki 300 g<br>Ryba w warzywach 120 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , )<br>Kompot truskawka 250 g                                      |               | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> , )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Jajko 1 szt ( <u>JAJ</u> , )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml     | Mus warzywno-owocowy 1 szt                                                                               | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 061,2<br>Białko ogółem [g] 86,4<br>Tłuszcz [g] 56,8<br>Węglowodany ogółem [g] 310,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5<br>suma cukrów prostych [g] 65<br>Sól [g] 4,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 17,7   |

|                   |                                  |                                                                                                       |                                                                        |                                                                                                                                  |                                                       |                                                                                                                             |                               |                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 07.08.2026 piątek | Płynna wzmocniona                | Kasza manna z masłem 350 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> )                                                    | Twaróg z żółtkiem 280 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> )<br>Miód naturalny 1 szt | Zacierkowa z mięsem 350 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, _</u> )                                                                           | Biszkopty z mlekiem 200 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> ) | Zacierkowa z mięsem 350 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, _</u> )                                                                      | Budyń 200 g ( <u>MLE, _</u> ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2095,7<br>Białko ogółem [g] 109,4<br>Tłuszcz [g] 57,1<br>Węglowodany ogółem [g] 291,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5<br>suma cukrów prostych [g] 91,4<br>Sól [g] 3,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 10,5 |                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                   | Dieta do żywienia przez zgłębnik | Jarzynowa do sondy 220 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, _</u> )                                            |                                                                        |                                                                                                                                  |                                                       |                                                                                                                             |                               |                                                                                                                                                                                                                                                    | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2128,8<br>Białko ogółem [g] 56,4<br>Tłuszcz [g] 43,8<br>Węglowodany ogółem [g] 381,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6<br>suma cukrów prostych [g] 327<br>Sól [g] 0,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 7,8 |
|                   | Bezglutenowa                     | Chleb bezglutenowy 250 g<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka jubileuszowa 50 g<br>Herbata 250 ml | Jabłko 200 g                                                           | Jarzynowa 350 ml ( <u>SEL, _</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Ryba w warzywach 120 g ( <u>RYB, SEL, _</u> )<br>Kompot truskawka 250 g |                                                       | Chleb bezglutenowy 250 g<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Jajko 1 szt ( <u>JAJ, _</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt    | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1888,5<br>Białko ogółem [g] 61,8<br>Tłuszcz [g] 46,8<br>Węglowodany ogółem [g] 297,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,7<br>suma cukrów prostych [g] 39,7<br>Sól [g] 1,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 15,6   |                                                                                                                                                                                                                                                 |

|                   |                    |                                                                                                                                                                                                          |                                      |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                    |                            |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 07.08.2026 piątek | Bezmleczna - dieta | Bułka pszenna 150 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka jubileuszowa 50 g<br>Herbata 250 ml                                                                                         | Jabłko 200 g                         | Zacierkowa 350 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL,</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Ryba w warzywach 120 g ( <u>RYB, SEL,</u> )<br>Kompot truskawka 250 g                                                                 | Bułka pszenna 150 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Jajko 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml               | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 875,6<br>Białko ogółem [g] 70,1<br>Tłuszcz [g] 46,8<br>Węglowodany ogółem [g] 304,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2<br>suma cukrów prostych [g] 45,3<br>Sól [g] 4,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,5 |
|                   | Wegetariańska      | Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU, MLE,</u> )<br>Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Twaróg z dżemem z czarnej porzeczki 85 g ( <u>MLE,</u> )<br>Herbata 250 ml | Jabłko 200 g                         | Zacierkowa 350 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL,</u> )<br>Kopytka 300 g ( <u>GLU, JAJ,</u> )<br>Surówka z kiszzonej kapusty 200 g<br>Kompot truskawka 250 g                                                        | Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Jajko 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml           | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 342,8<br>Białko ogółem [g] 77,7<br>Tłuszcz [g] 61,7<br>Węglowodany ogółem [g] 387,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7<br>suma cukrów prostych [g] 64,2<br>Sól [g] 6,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,4 |
| 08.08.2026 sobota | Podstawowa         | Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>GLU, MLE,</u> )<br>Chleb pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zapiekana 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml                | Jogurt owocowy 1 szt ( <u>MLE,</u> ) | Pejzanka ze śmietaną 350 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: S02,</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Żeberka duszone 220 g ( <u>GLU,</u> )<br>Mizeria 140 g ( <u>MLE,</u> )<br>Galaretki owocowa 250 ml | Chleb pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Polędwica sopocka 50 g<br>Pomidorki koktajlowe 100 g<br>Herbata 250 ml | Sok owocowo-warzywny 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 444,5<br>Białko ogółem [g] 101,1<br>Tłuszcz [g] 93,5<br>Węglowodany ogółem [g] 311,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3<br>suma cukrów prostych [g] 54,7<br>Sól [g] 5,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 22  |
|                   | Łatwostrawna       | Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>GLU, MLE,</u> )<br>Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zapiekana 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml                      | Jogurt owocowy 1 szt ( <u>MLE,</u> ) | Jarzynowa z makaronem 350 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL,</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Gulasz dieta 120 g ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Buraczki gotowane 200 g ( <u>GLU,</u> )<br>Galaretki owocowa 250 ml             | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Polędwica sopocka 50 g<br>Pomidorki koktajlowe 100 g<br>Herbata 250 ml       | Sok owocowo-warzywny 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 211,1<br>Białko ogółem [g] 95,5<br>Tłuszcz [g] 63,7<br>Węglowodany ogółem [g] 325<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3<br>suma cukrów prostych [g] 59,8<br>Sól [g] 5,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,7   |

|                   |                                                         |                                                                                                                                                                                             |                                        |                                                                                                                                                                                                      |               |                                                                                                                                                    |                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 08.08.2026 sobota | Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu                   | Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>GLU, MLE, _</b> )<br>Bułka pszenna 120 g ( <b>GLU, _</b> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zapiekana 50 g<br>Herbata 250 ml                    | Jogurt owocowy 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) | Jarzynowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, _</b> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Gulasz dieta 120 g ( <b>GLU, SEL, _</b> )<br>Buraczki gotowane 200 g ( <b>GLU, _</b> )<br>Galaretką owocowa 250 ml    |               | Bułka pszenna 120 g ( <b>GLU, _</b> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Polędwica sopocka 50 g<br>Herbata 250 ml                                   | Wafle ryżowe 30 g                                                                             | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 248,6<br>Białko ogółem [g] 95,7<br>Tłuszcz [g] 63,4<br>Węglowodany ogółem [g] 333,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1<br>suma cukrów prostych [g] 48,1<br>Sól [g] 5,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,9 |
|                   | Bogatoresztkowa                                         | Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>GLU, MLE, _</b> )<br>Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, _</b> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zapiekana 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml | Jogurt owocowy 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) | Pejzanka 350 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: S02, _</b> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Gulasz dieta 120 g ( <b>GLU, SEL, _</b> )<br>Mizeria dieta 140 g ( <b>MLE, _</b> )<br>Galaretką owocowa 250 ml | Papryka 100 g | Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, _</b> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Polędwica sopocka 50 g<br>Pomidorki koktajlowe 100 g<br>Herbata 250 ml | Sok owocowo-warzywny 1 szt                                                                    | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 154,9<br>Białko ogółem [g] 99<br>Tłuszcz [g] 55,3<br>Węglowodany ogółem [g] 333<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17<br>suma cukrów prostych [g] 60,5<br>Sól [g] 6,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,7       |
|                   | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Chleb razowy 120 g ( <b>GLU, _</b> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zapiekana 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml                                                               | Kefir 1 szt ( <b>MLE, _</b> )          | Pejzanka 350 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: S02, _</b> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Gulasz dieta 120 g ( <b>GLU, SEL, _</b> )<br>Mizeria dieta 140 g ( <b>MLE, _</b> )<br>Galaretką owocowa 250 ml | Papryka 100 g | Chleb razowy 120 g ( <b>GLU, _</b> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Polędwica sopocka 50 g<br>Pomidorki koktajlowe 100 g<br>Herbata 250 ml      | Chleb razowy 60 g ( <b>GLU, _</b> )<br>Roślinne do smarowania 5 g<br>Szynka jubileuszowa 30 g | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 186,4<br>Białko ogółem [g] 96,4<br>Tłuszcz [g] 52,8<br>Węglowodany ogółem [g] 355,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,6<br>suma cukrów prostych [g] 43,8<br>Sól [g] 8<br>Błonnik pokarmowy [g] 48,5   |



|                   |                                  |                                                                                                                                                                                         |                                                       |                                                                                                                                                                                                   |                                        |                                                                                                                                                |                               |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 08.08.2026 sobota | Bogatobiałkowa                   | Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> )<br>Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zapiekana 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml | Jogurt owocowy 1 szt ( <u>MLE, _</u> )                | Jarzynowa z makaronem 350 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, _</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Gulasz dieta 120 g ( <u>GLU, SEL, _</u> )<br>Buraczki gotowane 200 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Galaretka owocowa 250 ml |                                        | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU, _</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Polędwica sopocka 50 g<br>Pomidorki koktajlowe 100 g<br>Herbata 250 ml | Sok owocowo-warzywny 1 szt    | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2211,1<br>Białko ogółem [g] 95,5<br>Tłuszcz [g] 63,7<br>Węglowodany ogółem [g] 325<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3<br>suma cukrów prostych [g] 59,8<br>Sól [g] 5,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,7    |
|                   | Płynna wzmocniona                | Płatki owsiane z masłem 350 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> )                                                                                                                                   | Twaróg 80 g ( <u>MLE, _</u> )<br>Miód naturalny 1 szt | Jarzynowa z makaronem i mięsem 350 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, _</u> )                                                                                                                                 | Jogurt owocowy 1 szt ( <u>MLE, _</u> ) | Jarzynowa z makaronem i mięsem 350 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, _</u> )                                                                              | Budyń 200 g ( <u>MLE, _</u> ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2048,1<br>Białko ogółem [g] 105,7<br>Tłuszcz [g] 46,7<br>Węglowodany ogółem [g] 308,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2<br>suma cukrów prostych [g] 44,1<br>Sól [g] 2,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 13,8 |
|                   | Dieta do żywienia przez zgłębnik | Jarzynowa do sondy 220 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, _</u> )                                                                                                                              |                                                       |                                                                                                                                                                                                   |                                        |                                                                                                                                                |                               | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2128,8<br>Białko ogółem [g] 56,4<br>Tłuszcz [g] 43,8<br>Węglowodany ogółem [g] 381,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6<br>suma cukrów prostych [g] 327<br>Sól [g] 0,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 7,8    |
|                   | Bezglutenowa                     | Chleb bezglutenowy 220 g<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka zapiekana 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml                                                                       | Wafle ryżowe 30 g                                     | Jarzynowa 350 ml ( <u>SEL, _</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Gulasz bez glutenu 120 g ( <u>SEL, _</u> )<br>Buraczki gotowane (bez glutenu) 200 g<br>Galaretka owocowa 250 ml                          |                                        | Chleb bezglutenowy 220 g<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Polędwica sopocka 50 g<br>Pomidorki koktajlowe 100 g<br>Herbata 250 ml              | Sok owocowo-warzywny 1 szt    | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1886,4<br>Białko ogółem [g] 70,5<br>Tłuszcz [g] 44,3<br>Węglowodany ogółem [g] 295,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,3<br>suma cukrów prostych [g] 33,7<br>Sól [g] 2,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 15,6  |

|                      |                    |                                                                                                                                                                                        |                                      |                                                                                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                                                       |                            |                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 08.08.2026 sobota    | Bezmleczna - dieta | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szyńska zapiekana 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml                                                          | Wafle ryżowe 30 g                    | Jarzynowa z makaronem 350 ml ( <u>GLU,</u> <u>JAJ,</u> <u>SEL,</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Gulasz dieta 120 g ( <u>GLU,</u> <u>SEL,</u> )<br>Buraczki gotowane 200 g ( <u>GLU,</u> )<br>Galaretką owocową 250 ml                             |  | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Połędwica sopocka 50 g<br>Pomidorki koktajlowe 100 g<br>Herbata 250 ml          | Sok owocowo-warzywny 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 968,6<br>Białko ogółem [g] 78,2<br>Tłuszcz [g] 53,5<br>Węglowodany ogółem [g] 304,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14<br>suma cukrów prostych [g] 38,2<br>Sól [g] 4,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,9     |
|                      | Wegetariańska      | Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>GLU,</u> <u>MLE,</u> )<br>Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Papryka 100 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml | Jogurt owocowy 1 szt ( <u>MLE,</u> ) | Pejzanka 350 ml ( <u>GLU,</u> <u>JAJ,</u> <u>SEL,</u> <u>może zawierać: S02,</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Jajko sadzone 100 g ( <u>JAJ,</u> )<br>Mizeria dieta 140 g ( <u>MLE,</u> )<br>Galaretką owocową 250 ml                              |  | Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Twaróg 80 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidorki koktajlowe 100 g<br>Herbata 250 ml | Sok owocowo-warzywny 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 107,6<br>Białko ogółem [g] 86,6<br>Tłuszcz [g] 60,7<br>Węglowodany ogółem [g] 321,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4<br>suma cukrów prostych [g] 56<br>Sól [g] 5,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,9     |
| 09.08.2026 niedziela | Podstawowa         | Płatki ryżowe na mleku 350 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szyńska konserwowa 50 g<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml | Serek owocowy 1 szt ( <u>MLE,</u> )  | Grochowa 350 ml ( <u>GLU,</u> <u>SEL,</u> )<br>Kasza jęczmienna 80 g ( <u>GLU,</u> )<br>Schab pieczony 100 g ( <u>GLU,</u> )<br>Marchewka z jabłkiem 200 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kisiel 250 g                                                   |  | Chleb pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szyńska jubileuszowa 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml              | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 258,6<br>Białko ogółem [g] 113,4<br>Tłuszcz [g] 55,8<br>Węglowodany ogółem [g] 342,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9<br>suma cukrów prostych [g] 67,6<br>Sól [g] 12,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,7 |
|                      | Łatwostrawna       | Płatki ryżowe na mleku 350 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szyńska konserwowa 50 g<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml       | Serek owocowy 1 szt ( <u>MLE,</u> )  | Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml ( <u>GLU,</u> <u>SEL,</u> )<br>Kasza jęczmienna 80 g ( <u>GLU,</u> )<br>Schab gotowany 100 g<br>Sos koperkowy dieta 50 g ( <u>GLU,</u> )<br>Marchewka z jabłkiem 200 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kisiel 250 g |  | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szyńska jubileuszowa 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml                    | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 189,5<br>Białko ogółem [g] 106,6<br>Tłuszcz [g] 55,1<br>Węglowodany ogółem [g] 329,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5<br>suma cukrów prostych [g] 69<br>Sól [g] 5,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,2    |

09.08.2026 niedziela

|                                                         |                                                                                                                                                                                                               |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                      |                                                                                                                                                         |                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu                   | <p>Płatki ryżowe na mleku 350 ml (<b>MLE</b>,<u>  </u>)<br/>Bułka pszenna 120 g (<b>GLU</b>,<u>  </u>)<br/>Roślinne do smarowania 20 g<br/>Szynka konserwowa 50 g<br/>Herbata 250 ml</p>                      | <p>Jogurt naturalny 150 g (<b>MLE</b>,<u>  </u>)</p> | <p>Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml (<b>GLU</b>,<b>SEL</b>,<u>  </u>)<br/>Ziemniaki 300 g<br/>Schab gotowany 100 g<br/>Sos koperkowy dieta 50 g (<b>GLU</b>,<u>  </u>)<br/>Marchewka gotowana 200 g (<b>GLU</b>,<u>  </u>)<br/>Kisiel 250 g</p>          |                                                      | <p>Bułka pszenna 120 g (<b>GLU</b>,<u>  </u>)<br/>Roślinne do smarowania 20 g<br/>Szynka jubileuszowa 50 g<br/>Herbata 250 ml</p>                       | <p>Mus warzywno-owocowy 1 szt</p>                                                                       | <p><b>Wartość energetyczna</b>[kcal] [kcal] 2 082,6<br/><b>Białko</b> ogółem [g] 96<br/><b>Tłuszcz</b> [g] 56,7<br/><b>Węglowodany</b> ogółem [g] 308,7<br/><b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 19,9<br/><b>suma cukrów prostych</b> [g] 53,3<br/><b>Sól</b> [g] 6<br/><b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 21,3</p>      |
| Bogatoresztkowa                                         | <p>Płatki ryżowe na mleku 350 ml (<b>MLE</b>,<u>  </u>)<br/>Pieczywo mieszane 120 g (<b>GLU</b>,<u>  </u>)<br/>Roślinne do smarowania 20 g<br/>Szynka konserwowa 50 g<br/>Szpinak 10 g<br/>Herbata 250 ml</p> | <p>Serek owocowy 1 szt (<b>MLE</b>,<u>  </u>)</p>    | <p>Grochowa 350 ml (<b>GLU</b>,<b>SEL</b>,<u>  </u>)<br/>Kasza jęczmienna 80 g (<b>GLU</b>,<u>  </u>)<br/>Schab gotowany 100 g<br/>Sos koperkowy dieta 50 g (<b>GLU</b>,<u>  </u>)<br/>Marchewka z jabłkiem 200 g (<b>MLE</b>,<u>  </u>)<br/>Kisiel 250 g</p> | <p>Jogurt naturalny 150 g (<b>MLE</b>,<u>  </u>)</p> | <p>Pieczywo mieszane 120 g (<b>GLU</b>,<u>  </u>)<br/>Roślinne do smarowania 20 g<br/>Szynka jubileuszowa 50 g<br/>Pomidor 100 g<br/>Herbata 250 ml</p> | <p>Mus warzywno-owocowy 1 szt</p>                                                                       | <p><b>Wartość energetyczna</b>[kcal] [kcal] 2 359,8<br/><b>Białko</b> ogółem [g] 120,7<br/><b>Tłuszcz</b> [g] 49,7<br/><b>Węglowodany</b> ogółem [g] 378,7<br/><b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 19,1<br/><b>suma cukrów prostych</b> [g] 78,2<br/><b>Sól</b> [g] 7,3<br/><b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 41,7</p> |
| Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | <p>Chleb razowy 120 g (<b>GLU</b>,<u>  </u>)<br/>Roślinne do smarowania 20 g<br/>Szynka konserwowa 50 g<br/>Szpinak 10 g<br/>Herbata 250 ml</p>                                                               | <p>Ogórek świeży 100 g</p>                           | <p>Grochowa 350 ml (<b>GLU</b>,<b>SEL</b>,<u>  </u>)<br/>Kasza jęczmienna 80 g (<b>GLU</b>,<u>  </u>)<br/>Schab gotowany 100 g<br/>Sos koperkowy dieta 50 g (<b>GLU</b>,<u>  </u>)<br/>Marchewka z jabłkiem 200 g (<b>MLE</b>,<u>  </u>)<br/>Kisiel 250 g</p> | <p>Jogurt naturalny 150 g (<b>MLE</b>,<u>  </u>)</p> | <p>Chleb razowy 120 g (<b>GLU</b>,<u>  </u>)<br/>Roślinne do smarowania 20 g<br/>Szynka jubileuszowa 50 g<br/>Pomidor 100 g<br/>Herbata 250 ml</p>      | <p>Chleb razowy 60 g (<b>GLU</b>,<u>  </u>)<br/>Roślinne do smarowania 5 g<br/>Schab gotowany 100 g</p> | <p><b>Wartość energetyczna</b>[kcal] [kcal] 2 366,8<br/><b>Białko</b> ogółem [g] 123,4<br/><b>Tłuszcz</b> [g] 47,3<br/><b>Węglowodany</b> ogółem [g] 390,3<br/><b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 15,2<br/><b>suma cukrów prostych</b> [g] 47,6<br/><b>Sól</b> [g] 8,7<br/><b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 56,8</p> |

09.08.2026 niedziela

|                                  |                                                                                                                                                                                                     |                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                               |                                                                                                                                             |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Bogatobiałkowa                   | Płatki ryżowe na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>_</u> )<br>Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szyńka konserwowa 50 g<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml | Serek owocowy 1 szt ( <u>MLE</u> , <u>_</u> )                 | Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> )<br>Kasza jęczmienna 80 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> )<br>Schab gotowany 100 g<br>Sos koperkowy dieta 50 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> )<br>Marchewka z jabłkiem 200 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> )<br>Kisiel 250 g |                                               | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szyńka jubileuszowa 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt            | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 189,5<br>Białko ogółem [g] 106,6<br>Tłuszcz [g] 55,1<br>Węglowodany ogółem [g] 329,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5<br>suma cukrów prostych [g] 69<br>Sól [g] 5,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,2 |
| Płynna wzmocniona                | Płatki ryżowe z masłem 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>_</u> )                                                                                                                                             | Twaróg 80 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> )<br>Miód naturalny 1 szt | Jarzynowa z płatkami owsianymi i mięsem 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> )                                                                                                                                                                                                 | Serek owocowy 1 szt ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) | Jarzynowa z płatkami owsianymi i mięsem 350 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> )                                                       | Budyń 200 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 023,4<br>Białko ogółem [g] 107,3<br>Tłuszcz [g] 74<br>Węglowodany ogółem [g] 238,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9<br>suma cukrów prostych [g] 57,9<br>Sól [g] 3<br>Błonnik pokarmowy [g] 11,6   |
| Dieta do żywienia przez zgłębnik | Jarzynowa do sondy 220 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> )                                                                                                          |                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                               |                                                                                                                                             |                                       | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 128,8<br>Białko ogółem [g] 56,4<br>Tłuszcz [g] 43,8<br>Węglowodany ogółem [g] 381,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6<br>suma cukrów prostych [g] 327<br>Sól [g] 0,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 7,8  |
| Bezglutenowa                     | Chleb bezglutenowy 220 g<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szyńka konserwowa 50 g<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml                                                                                 | Wafle ryżowe 30 g                                             | Jarzynowa 350 ml ( <u>SEL</u> , <u>_</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Schab gotowany 100 g<br>Marchew z olejem 150 g<br>Kisiel 250 g                                                                                                                                                       |                                               | Chleb bezglutenowy 220 g<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szyńka jubileuszowa 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml                      | Mus warzywno-owocowy 1 szt            | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 802,3<br>Białko ogółem [g] 68,3<br>Tłuszcz [g] 41,2<br>Węglowodany ogółem [g] 283,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10<br>suma cukrów prostych [g] 24,6<br>Sól [g] 2,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 14,2  |

|                         |                    |                                                                                                                                                                                                         |                                     |                                                                                                                                                                                                                   |  |                                                                                                                                                                       |                            |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 09.08.2026 niedziela    | Bezmleczna - dieta | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka konserwowa 50 g<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml                                                                          | Wafle ryżowe 30 g                   | Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Kasza jęczmienna 80 g ( <u>GLU,</u> )<br>Schab gotowany 100 g<br>Sos koperkowy dieta 50 g ( <u>GLU,</u> )<br>Marchew z olejem 150 g<br>Kisiel 250 g |  | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka jubileuszowa 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml                                     | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 826,9<br>Białko ogółem [g] 78,5<br>Tłuszcz [g] 44,4<br>Węglowodany ogółem [g] 289,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,7<br>suma cukrów prostych [g] 28,9<br>Sól [g] 4,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,4 |
|                         | Wegetariańska      | Płatki ryżowe na mleku 350 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szpinak 10 g<br>Herbata 250 ml             | Serek owocowy 1 szt ( <u>MLE,</u> ) | Grochowa 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Kasza jęczmienna z warzywami 350 g ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Marchewka z jabłkiem 200 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kisiel 250 g                                                     |  | Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Pasztet sojowy 1 szt ( <u>SOJ, może zawierać: SO2,</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 243,3<br>Białko ogółem [g] 91,4<br>Tłuszcz [g] 51,3<br>Węglowodany ogółem [g] 378,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6<br>suma cukrów prostych [g] 74,6<br>Sól [g] 7,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 48,6 |
| 10.08.2026 poniedziałek | Podstawowa         | Makaron zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka gotowana 50 g<br>Ogórek świeży 100 g<br>Herbata 250 ml | Wafle ryżowe 30 g                   | Krupnik 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Bigos z młodej kapusty 350 g ( <u>GLU,</u> )<br>Kompot czarna porzeczka 250 g                                                                           |  | Chleb pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Konserwa rybna 1 szt ( <u>RYB, może zawierać: SO2,</u> )<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml | Sok pomidorowy 1 szt       | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 083,3<br>Białko ogółem [g] 97,7<br>Tłuszcz [g] 52,5<br>Węglowodany ogółem [g] 318,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4<br>suma cukrów prostych [g] 44,4<br>Sól [g] 6,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,3 |
|                         | Łatwostrawna       | Makaron zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> )<br>Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka gotowana 50 g<br>Herbata 250 ml                              | Wafle ryżowe 30 g                   | Krupnik 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Pulpet 100 g ( <u>GLU, JAJ,</u> )<br>Sos warzywny 50 g ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Sałata z jogurtem 140 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot czarna porzeczka 250 g |  | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Krakowska parzona 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml                                         | Sok pomidorowy 1 szt       | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 194,5<br>Białko ogółem [g] 96,7<br>Tłuszcz [g] 60<br>Węglowodany ogółem [g] 326,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3<br>suma cukrów prostych [g] 37,5<br>Sól [g] 7<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,8     |

|                         |                                                         |                                                                                                                                                                                                       |                   |                                                                                                                                                                                                                   |                    |                                                                                                                               |                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 10.08.2026 poniedziałek | Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu                   | Makaron zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> )<br>Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka gotowana 50 g<br>Herbata 250 ml                            | Wafle ryżowe 30 g | Krupnik 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Pulpet 100 g ( <u>GLU, JAJ,</u> )<br>Sos warzywny 50 g ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Sałata z jogurtem 140 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot czarna porzeczka 250 g |                    | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Krakowska parzona 50 g<br>Herbata 250 ml                | Mus warzywno-owocowy 1 szt                                                                           | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 182,8<br>Białko ogółem [g] 95,8<br>Tłuszcz [g] 59,5<br>Węglowodany ogółem [g] 324,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20<br>suma cukrów prostych [g] 37<br>Sól [g] 6,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 15,8     |
|                         | Bogatoresztkowa                                         | Makaron zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> )<br>Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka gotowana 50 g<br>Ogórek świeży 100 g<br>Herbata 250 ml | Wafle ryżowe 30 g | Krupnik 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Pulpet 100 g ( <u>GLU, JAJ,</u> )<br>Sos warzywny 50 g ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Sałata z jogurtem 140 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot czarna porzeczka 250 g | Rzodkiewka 0,5 szt | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Krakowska parzona 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml | Sok pomidorowy 1 szt                                                                                 | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 220,2<br>Białko ogółem [g] 99,3<br>Tłuszcz [g] 57,3<br>Węglowodany ogółem [g] 340,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5<br>suma cukrów prostych [g] 40,1<br>Sól [g] 7,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,7 |
|                         | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Chleb razowy 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka gotowana 50 g<br>Ogórek świeży 100 g<br>Herbata 250 ml                                                                    | Papryka 100 g     | Krupnik 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Pulpet 100 g ( <u>GLU, JAJ,</u> )<br>Sos warzywny 50 g ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Sałata z jogurtem 140 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot czarna porzeczka 250 g | Rzodkiewka 0,5 szt | Chleb razowy 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Krakowska parzona 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml  | Chleb razowy 60 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 5 g<br>Pulpet 100 g ( <u>GLU, JAJ,</u> ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 423,5<br>Białko ogółem [g] 115<br>Tłuszcz [g] 59,5<br>Węglowodany ogółem [g] 381,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1<br>suma cukrów prostych [g] 32,5<br>Sól [g] 10,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 48,7 |

|                         |                                  |                                                                                                                                                           |                                                             |                                                                                                                                                                               |                             |                                                                                                                      |                      |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 10.08.2026 poniedziałek | Bogatobiałkowa                   | Makaron zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE,)<br>Bułka pszenna 120 g (GLU,)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szyńska gotowana 50 g<br>Herbata 250 ml | Jogurt owocowy 1 szt (MLE,)                                 | Krupnik 350 ml (GLU, SEL,)<br>Ziemniaki 300 g<br>Pulpet 100 g (GLU, JAJ,)<br>Sos warzywny 50 g (GLU, SEL,)<br>Sałata z jogurtem 140 g (MLE,)<br>Kompot czarna porzeczka 250 g |                             | Bułka pszenna 120 g (GLU,)<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Krakowska parzona 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml | Sok pomidorowy 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 145,7<br>Białko ogółem [g] 98,5<br>Tłuszcz [g] 61<br>Węglowodany ogółem [g] 309,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1<br>suma cukrów prostych [g] 41,7<br>Sól [g] 7,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 15,6   |
|                         | Płynna wzmocniona                | Makaron zacierka z masłem 350 ml (GLU, JAJ, MLE,)                                                                                                         | Twaróg z żółtkiem 280 g (JAJ, MLE,)<br>Miód naturalny 1 szt | Krupnik z mięsem 350 ml (GLU, SEL,)                                                                                                                                           | Jogurt owocowy 1 szt (MLE,) | Krupnik z mięsem 350 ml (GLU, SEL,)                                                                                  | Budyń 300 g (MLE,)   | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 806,8<br>Białko ogółem [g] 90,1<br>Tłuszcz [g] 51,1<br>Węglowodany ogółem [g] 250,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1<br>suma cukrów prostych [g] 74,3<br>Sól [g] 3<br>Błonnik pokarmowy [g] 7,5    |
|                         | Dieta do żywienia przez zgłębnik | Jarzynowa do sondy 220 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL,)                                                                                                           |                                                             |                                                                                                                                                                               |                             |                                                                                                                      |                      | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 128,8<br>Białko ogółem [g] 56,4<br>Tłuszcz [g] 43,8<br>Węglowodany ogółem [g] 381,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6<br>suma cukrów prostych [g] 327<br>Sól [g] 0,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 7,8   |
|                         | Bezglutenowa                     | Chleb bezglutenowy 220 g<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szyńska gotowana 50 g<br>Herbata 250 ml                                                        | Wafle ryżowe 30 g                                           | Jarzynowa 350 ml (SEL,)<br>Ziemniaki 300 g<br>Pulpet bez glutenu 100 g (JAJ,)<br>Sałata z olejem 140 g<br>Kompot czarna porzeczka 250 g                                       |                             | Chleb bezglutenowy 220 g<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Krakowska parzona 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml   | Sok pomidorowy 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 910,5<br>Białko ogółem [g] 71,5<br>Tłuszcz [g] 58,7<br>Węglowodany ogółem [g] 265,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,2<br>suma cukrów prostych [g] 12,5<br>Sól [g] 3,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 10,2 |

|                         |                    |                                                                                                                                                                                                              |                   |                                                                                                                                                                                                          |  |                                                                                                                                                                        |                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 10.08.2026 poniedziałek | Bezmleczna - dieta | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Szynka gotowana 50 g<br>Herbata 250 ml                                                                                                 | Wafle ryżowe 30 g | Krupnik 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Pulpet 100 g ( <u>GLU, JAJ,</u> )<br>Sos warzywny 50 g ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Sałata z olejem 140 g<br>Kompot czarna porzeczka 250 g          |  | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Krakowska parzona 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml                                          | Sok pomidorowy 1 szt | <b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1<br>964,1<br><b>Białko</b> ogółem [g] 79<br><b>Tłuszcz</b> [g] 61,3<br><b>Węglowodany</b> ogółem [g] 282,9<br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 16,1<br><b>suma cukrów prostych</b> [g] 18,2<br><b>Sól</b> [g] 6,5<br><b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 16,1    |
|                         | Wegetariańska      | Makaron zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> )<br>Pieczywo mieszane 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Twaróg 80 g ( <u>MLE,</u> )<br>Ogórek świeży 100 g<br>Herbata 250 ml | Wafle ryżowe 30 g | Krupnik 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Ziemniaki 300 g<br>Pulpet z soczewicy 100 g<br>Sos warzywny 50 g ( <u>GLU, SEL,</u> )<br>Sałata z jogurtem 140 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot czarna porzeczka 250 g |  | Bułka pszenna 120 g ( <u>GLU,</u> )<br>Roślinne do smarowania 20 g<br>Paszтет sojowy 1 szt ( <u>SOJ,</u> <u>może zawierać: SO2,</u> )<br>Rukola 10 g<br>Herbata 250 ml | Sok pomidorowy 1 szt | <b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2<br>344,6<br><b>Białko</b> ogółem [g] 102,2<br><b>Tłuszcz</b> [g] 55,1<br><b>Węglowodany</b> ogółem [g] 375,9<br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 17,4<br><b>suma cukrów prostych</b> [g] 43,5<br><b>Sól</b> [g] 6,7<br><b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 30,5 |