

| ŚRODA – 02.07.2025 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                    | Dieta podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Dieta łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                  | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                    | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                                                                                                                             | Dieta bogatoresztkowa                                                                                                                                                                                                                                                       | Dieta podstawowa - dzieci                                                                                                                                                                                                                                          |
| ŚNIADANIE          | Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g (MLE)<br>chleb mieszany 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ)<br>Sałata lodowa 20g<br>Rzodkiewka 60g | Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g (MLE)<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>szynka drobiowa 40g (SOJ, MLE)<br>parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ)<br>Sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE)<br>margaryna 10g (MLE)<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ)<br>Sałata lodowa 20g<br>pomidor bez skórki 60g | Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g (MLE)<br>chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ)<br>Sałata masłowa 20g<br>Rzodkiewka 60g                      | Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g (MLE)<br>chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ)<br>Sałata masłowa 20g<br>ogórek 60g                                                  | Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>owsianka górską 350ml (GLU OW, MLE)<br>masło extra 15g (MLE)<br>bułka pszenna 50g (GLU PSZ)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ)<br>Sałata lodowa 20g<br>Pomidor 60g          |
| II ŚNIADANIE       | Owoc sezonowy 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Owoc sezonowy 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                                | Jabłko gotowane 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                                         | Grejpfrut ½ szt.                                                                                                                                                                                                                                    | Owoc sezonowy 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                                        | Owoc sezonowy 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                               |
| OBIAD              | Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>klopsiki drobiowe gotowane 120g (GLU PSZ, JAJ,)<br>surówka z kapusty pekińskiej, ogórka i pora 100g<br>surówka z czerwonej kapusty 100g<br>kompot 250ml                                                                                     | Zupa jarzynowa z makaronem 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>zraziki drobiowe gotowane 120g (GLU PSZ, JAJ)<br>sos koperkowy (GLU PSZ, MLE)<br>warzywa na parze 150g (SEL)<br>kompot 250ml                                                     | Zupa jarzynowa z makaronem 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>zraziki drobiowe gotowane 120g (GLU PSZ, JAJ)<br>sos koperkowy 15g (GLU PSZ, MLE)<br>warzywa na parze 150g (SEL)<br>kompot 250ml                                                            | Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 350ml (MLE, SEL, GLU PSZ)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>klopsiki drobiowe 120g (GLU PSZ, JAJ)<br>sos koperkowy 15g (GLU PSZ, MLE)<br>surówka z czerwonej kapusty 100g<br>warzywa na parze 100g (SEL)<br>kompot 250ml | Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 350ml (MLE, SEL, GLU PSZ)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>zraziki drobiowe gotowane 120g (GLU PSZ, JAJ)<br>sos koperkowy (GLU PSZ, MLE)<br>surówka z czerwonej kapusty 100g<br>surówka z kapusty pekińskiej ogórka i pora 100g<br>kompot 250ml | Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (MLE, SEL, GLU PSZ)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>zraziki drobiowe gotowane 120g (GLU PSZ, JAJ)<br>sos koperkowy (GLU PSZ, MLE)<br>surówka z czerwonej kapusty 100g<br>surówka z kapusty pekińskiej ogórka i pora 100g<br>kompot 250ml |
| KOLACJA            | Herbata czarna<br>Owsianka górską 350 ml (GLU PSZ, MLE)<br>margaryna 10g (MLE)<br>chleb pszenny 50g (GLU PSZ)<br>chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>ser żółty 30g (MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>Pomidor 60g                                                                            | Herbata czarna<br>owsianka górską 350ml (GLU OW, MLE)<br>margaryna 10g (MLE)<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>galaretka drobiowa 100g<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g                                                          | Herbata czarna<br>owsianka górską 350ml (GLU OW, MLE)<br>margaryna 10g (MLE)<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>Galaretka drobiowa 150g<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor bez skórki 60g                                                                                         | Herbata czarna<br>margaryna 10g (MLE)<br>chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>galaretka drobiowa 100g<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g                                                                          | Herbata czarna<br>margaryna 10g (MLE)<br>chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>galaretka drobiowa 100g<br>Sałata masłowa 20g<br>ogórek 60g                                                                                                   | Herbata czarna<br>margaryna 10g (MLE)<br>bułka pszenna 50g (GLU PSZ)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>galaretka drobiowa 100g<br>rukola 20g<br>rzodkiewka 60g                                                                                                |
| PÓŹNA KOLACJA      | Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Kefir 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                                                                  | Kefir 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                                                                             | Kanapka nocna z szynką i sałatą (GLU PSZ, MLE)                                                                                                                                                                                                      | Kanapka nocna z szynką i sałatą (GLU PSZ, MLE)                                                                                                                                                                                                                              | Mus jabłkowy 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                                |
|                    | Wartość energetyczna: 2139 kcal<br>Białko ogółem: 104,9 g<br>Tłuszcz: 74,64 g<br>Kw. tł. nasy.: 32,56g<br>Węglowodany ogółem: 274,62 g<br>W tym cukry: 58,52g<br>Sól: 7,21 g<br>Błonnik: 30,65g                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 2333 kcal<br>Białko ogółem: 114,88 g<br>Tłuszcz: 70,19 g<br>Kw. tł. nasy.: 29,4 g<br>Węglowodany ogółem: 326,79 g<br>W tym cukry: 65,1 g<br>Sól: 4,85 g<br>Błonnik: 35,99g                                                                    | Wartość energetyczna: 2350 kcal<br>Białko ogółem: 110,89 g<br>Tłuszcz: 55,41 g<br>Kw. tł. nasy.: 15,49g<br>Węglowodany ogółem: 372,19 g<br>W tym cukry: 57,16g<br>Sól: 5,13 g<br>Błonnik: 39,82g                                                                               | Wartość energetyczna: 2188 kcal<br>Białko ogółem: 92,77 g<br>Tłuszcz: 75,90 g<br>Kw. tł. nasy.: 36,46g<br>Węglowodany ogółem: 304,62 g<br>W tym cukry: 46,91g<br>Sól: 6,60 g<br>Błonnik: 50,97g                                                     | Wartość energetyczna: 2200 kcal<br>Białko ogółem: 102,25 g<br>Tłuszcz: 68,75 g<br>Kw. tł. nasy.: 31,37g<br>Węglowodany ogółem: 314,80 g<br>W tym cukry: 44,51g<br>Sól: 8,07 g<br>Błonnik: 51,85g                                                                            | Wartość energetyczna: 2081 kcal<br>Białko ogółem: 100,49 g<br>Tłuszcz: 61,23 g<br>Kw. tł. nasy.: 22,52g<br>Węglowodany ogółem: 295,23 g<br>W tym cukry: 41,51g<br>Sól: 7,37 g<br>Błonnik: 33,95g                                                                   |

| ŚRODA – 02.07.2025 |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                    | Dieta podstawowa - kobiety ciężarne                                                                                                                                                                                                                        | Kobieta karmiąca                                                                                                                                                                                              | Dieta wysokobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                               | Dieta niskobiałkowa                                                                                                                                                                                                                              | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i tłuszczu                                                                                                                                                                                                     | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                                                                                                                      |
| ŚNIADANIE          | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>chleb mieszaný 60g(GLU PSZ, GLU ZYT)<br>chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ZYT)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>parówka drobiowa 70g (SOJ, GLU PSZ)<br>Sałata masłowa 20g<br>Pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>szynka wiejska 40g (SOJ)<br>Pasta z białego sera i koperku 70g (MLE)<br>Sałata lodowa 20g<br>Pomidor 60g  | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>parówka drobiowa 70g (SOJ, GLU PSZ)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g | Herbata czarna 250ml<br>Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>Bułka pszenna 120g(GLU PSZ)<br>Szynka z kurczaka 25g(SOJ, MLE)<br>Pasta z białego sera i koperku 70g (MLE)<br>Sałata lodowa 20g<br>Pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE)<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ)<br>Sałata masłowa 20g<br>Pomidor bez skórki 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ)<br>Sałata masłowa 20g<br>Pomidor bez skórki 60g |
| II ŚNIADANIE       | Owoc sezonowy 1 szt. Wafle ryżowe 40g                                                                                                                                                                                                                      | Owoc sezonowy 1 szt. Wafle ryżowe 40g                                                                                                                                                                         | Owoc sezonowy 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                               | Owoc sezonowy 1 szt.                                                                                                                                                                                                                             | Owoc sezonowy 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                                   | Jabłko gotowane 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                                        |
| OBIAD              | Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (MLE, SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>klopsiki drobiowe gotowane 130 g (GLU PSZ, JAJ)<br>surówka z kapusty pekińskiej, ogórka i pora 100g<br>surówka z czerwonej kapusty 100g<br>kompot 250ml                               | Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 350ml (MLE, SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>zraziki drobiowe gotowane 130g (GLU PSZ, JAJ)<br>sos koperkowy 15g (GLU PSZ, MLE)<br>warzywa na parze 150g(SEL)<br>kompot 250ml | Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (MLE, SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>zraziki drobiowe gotowane 120g (GLU PSZ, JAJ)<br>surówka z kapusty pekińskiej, ogórka i pora 100g<br>surówka z czerwonej kapusty 100g<br>kompot 250ml                                         | Zupa jarzynowa z makaronem 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>zraziki drobiowe gotowane 120g (GLU PSZ, JAJ)<br>sos koperkowy 15g(GLU PSZ, MLE)<br>warzywa na parze 150g(SEL)<br>kompot 250ml                                | Zupa jarzynowa z makaronem (GLU PSZ, MLE, SEL) 350ml<br>ziemniaki gotowane 150g<br>zraziki drobiowe gotowane 120g(GLU PSZ, JAJ)<br>sos koperkowy 15g(GLU PSZ, MLE)<br>warzywa na parze 150g(SEL)<br>kompot 250ml                                                       | Zupa jarzynowa z makaronem 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>zraziki drobiowe gotowane 120g (GLU PSZ, JAJ)<br>Sos koperkowy 15g(GLU PSZ, MLE)<br>warzywa na parze 150g(SEL)<br>kompot 250ml                                                             |
| KOLACJA            | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g (MLE)<br>chleb mieszaný 60g(GLU PSZ, GLU ZYT)<br>chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ZYT)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>ser żółty 30g(MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>rzodkiewka 60g                                      | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>bułka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>galaretki drobiowa 100g<br>sałata masłowa 20g<br>rzodkiewka 60g                                         | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>ser żółty 30g(MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>rzodkiewka 60g                                                                                                    | Herbata czarna 250ml<br>Margaryna 10g<br>Weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>Galaretki drobiowa 150g<br>Sałata masłowa 20g<br>Pomidor 60g                                                                                                              | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE)<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>galaretki drobiowa 100g<br>sałata masłowa 20g<br>Pomidor bez skórki 60g                                                     | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE)<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>galaretki drobiowa 100g<br>sałata masłowa 20g<br>Pomidor bez skórki 60g                                                            |
| PÓŹNA KOLACJA      | Kanapka nocna z szynką i sałatą (GLU PSZ, MLE)                                                                                                                                                                                                             | Mus jabłkowy 1 szt.<br>wafle ryżowe 40g                                                                                                                                                                       | Kefir 1 szt.(MLE)                                                                                                                                                                                                                                                  | Galaretki owocowa 250ml                                                                                                                                                                                                                          | Kefir 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                                                                     | Kefir 1 szt.(MLE)                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                    | Wartość energetyczna: 2500 kcal<br>Białko ogółem: 102,79 g<br>Tłuszcz: 72,96 g<br>Kw.tł.nasy.: 28,01g<br>Węglowodany ogółem: 372,03 g<br>W tym cukry: 35,29g<br>Sól: 8,04 g<br>Błonnik: 30,06g                                                             | Wartość energetyczna: 2696 kcal<br>Białko ogółem: 116,28 g<br>Tłuszcz: 68,94 g<br>Kw.tł.nasy.: 27,95g<br>Węglowodany ogółem: 416,26 g<br>W tym cukry: 29,00g<br>Sól: 8,80 g<br>Błonnik: 34,80g                | Wartość energetyczna: 2023 kcal<br>Białko ogółem: 104,37 g<br>Tłuszcz: 67,36 g<br>Kw.tł.nasy.: 29,88g<br>Węglowodany ogółem: 262,28 g<br>W tym cukry: 54,04g<br>Sól: 7,81 g<br>Błonnik: 29,67 g                                                                    | Wartość energetyczna: 2017 kcal<br>Białko ogółem: 67,51g<br>Tłuszcz: 55,88g<br>Kw.tł.nasy.: 18,60g<br>Węglowodany ogółem: 330,09g<br>W tym cukry: 104,8g<br>Sól: 3,59g<br>Błonnik: 41,55g                                                        | Wartość energetyczna: 2096 kcal<br>Białko ogółem: 104,73 g<br>Tłuszcz: 54,40 g<br>Kw.tł.nasy.: 15,15g<br>Węglowodany ogółem: 313,37 g<br>W tym cukry: 49,6g<br>Sól: 4,54g<br>Błonnik: 34,44g                                                                           | Wartość energetyczna: 1979 kcal<br>Białko ogółem: 100,85g<br>Tłuszcz: 53,24 g<br>Kw.tł.nasy.: 18,22g<br>Węglowodany ogółem: 289,78 g<br>W tym cukry: 52,01g<br>Sól: 4,62 g<br>Błonnik: 30,85 g                                                                                |

| ŚRODA – 07.07.2025 |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                           |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                    | Dieta bezglutenowa                                                                                                                                                                             | Dieta płynna do sondy                                                                                                                                                                      | Dieta płynna – kleikowa                                                                                                                                                               | Dieta płynna (kolonoskopia) buliony                                                                                                                                       |
| ŚNIADANIE          | Chleb bezglutenowy 100g (JAJ)<br>Masło extra 15g (MLE)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>pasta z sera białego i koperku 70g (MLE)<br>Sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g<br>herbata czarna 250ml   | Płynna mleczna 500g (MLE)                                                                                                                                                                  | Kleik ryżowy 400g (MLE)<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                    | Bulion rosółowy 400ml (SEL)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                                       |
| II ŚNIADANIE       | Owoc sezonowy 1 szt.                                                                                                                                                                           | Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU JĘCZ)                                                                                                                                                    | Herbata czarna 250ml<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)                                                                                                                               |                                                                                                                                                                           |
| OBIAD              | Zupa ogórkowa z ryżem<br>350ml(MLE,SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>filet z indyka gotowany 100g<br>warzywa na parze 150g<br>kompot 250ml                                                    | Płynna mleczna 500g (MLE)                                                                                                                                                                  | Kleik ryżowy 400g (MLE)<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                    | Bulion rosółowy 400ml (SEL)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                                       |
| KOLACJA            | Chleb bezglutenowy 100g (JAJ)<br>Margaryna 1szt.<br>Galaretka drobiowa 100g<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g<br>herbata czarna 250ml                        | Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU PSZ)                                                                                                                                                     | Kleik ryżowy 400g (MLE)<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                    | Bulion rosółowy 400ml (SEL)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                                       |
| POŹNA KOLACJA      | Mus jabłkowy 1 szt.                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                            | Herbata czarna 250ml<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)                                                                                                                               |                                                                                                                                                                           |
|                    | Wartość energetyczna: 1920 kcal<br>Białko ogółem: 94.54 g<br>Tłuszcz: 68.52 g<br>Kw.tł.nasy.: 20.07 g<br>Węglowodany ogółem: 240.06 g<br>W tym cukry: 72.3 g<br>Sól: 4.78g<br>Błonnik: 24.44 g | Wartość energetyczna: 1974 kcal<br>Białko ogółem: 89,45g<br>Tłuszcz: 73,48g<br>Kw.tł.nasy.: 23,49g<br>Węglowodany ogółem: 249,11g<br>W tym cukry: 123,54g<br>Sól: 1,69g<br>Błonnik: 16,65g | Wartość energetyczna: 1462 kcal<br>Białko ogółem: 32,4 g<br>Tłuszcz: 12,65g<br>Kw.tł.nasy.: 2,06g<br>Węglowodany ogółem: 303,95g<br>W tym cukry: 6,3g<br>Sól: 0,47g<br>Błonnik: 2,3 g | Wartość energetyczna: 60kcal<br>Białko ogółem: 5,43g<br>Tłuszcz: 1,44g<br>Kw.tł.nasy.: 0,36g<br>Węglowodany ogółem: 7,44g<br>W tym cukry: 0g<br>Sól: 0,21g<br>Błonnik: 0g |

## CZWARTEK – 03.07.2025

|               | Dieta podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                              | Dieta łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                              | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                            | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                                                                                                                                   | Dieta bogatoresztkowa                                                                                                                                                                                                                                       | Dieta podstawowa - dzieci                                                                                                                                                                                                                |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ŚNIADANIE     | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>chleb mieszany 60g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka wiejska 40g (SOJ)<br>jajko gotowane 50g(JAJ)<br>Sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>dżem brzoskwiniowy 25 g<br>Sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE)<br>margaryna 10g (MLE)<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>dżembrzoskwiniowy, niskosłodzony 25g<br>sałata lodowa 20g<br>Pomidor bez skórki 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>ser żółty 30g (MLE)<br>papryka czerwona 60g<br>ogórek kiszony 50g                                               | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>ser żółty 30g(MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g                                                           | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>bułka pszenna 50g(GLU PSZ)<br>szynka wiejska 40g (SOJ)<br>jajko gotowane 50g(JAJ)<br>ogórek kiszony 50g<br>Papryka czerwona 60g                                    |
| II ŚNIADANIE  | Gruszka 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                | Jabłko 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                   | Jabłko gotowane 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                                 | Gruszka 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                            | Gruszka 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                              | Jabłko 1 szt.<br>Galaretka owocowa 150g                                                                                                                                                                                                  |
| OBIAD         | Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (MLE)<br>Kasza jęczmienna gotowana 80g(GLU JĘCZ)<br>Potrawka z kurczaka 150 g(GLU PSZ, MLE)<br>Sałatka szwedzka konserwowa 100g(GOR)<br>Włoszczyzna duszona 100g (SEL)<br>kompot 250ml                                                                   | Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (MLE)<br>Kasza jęczmienna gotowana 80g(GLU JĘCZ)<br>Sos koperkowy 15g (GLU PSZ, MLE)<br>Galantyna drobiowa 100g (GLU PSZ)<br>Włoszczyzna duszona 150g (SEL)<br>kompot 250ml                                | Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (MLE, SEL)<br>Kasza jęczmienna gotowana 80g(GLU JĘCZ)<br>Sos koperkowy 15g (GLU PSZ, MLE)<br>Galantyna drobiowa 100g (GLU PSZ)<br>Buraczki 150g<br>kompot 250ml                                                                     | Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(MLE)<br>Kasza jęczmienna 80g gotowana (GLU JĘCZ)<br>Sos koperkowy 15g (GLU PSZ, MLE)<br>Galantyna drobiowa 100g (GLU PSZ)<br>Sałatka szwedzka konserwowa 100g(GOR)<br>Włoszczyzna duszona 100g (SEL)<br>kompot 250ml | Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml(MLE)<br>Kasza jęczmienna 80g gotowana (GLU JĘCZ)<br>Sos koperkowy 15g (GLU PSZ, MLE)<br>Galantyna drobiowa 100g (GLU PSZ)<br>Sałatka szwedzka konserwowa 100g (GOR)<br>Włoszczyzna duszona 100g (SEL)<br>kompot 250ml | Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(MLE)<br>Ryż biały gotowany 80g<br>Sos koperkowy 15g (GLU PSZ, MLE)<br>Galantyna drobiowa 100g (GLU PSZ)<br>Sałatka szwedzka konserwowa 100g (GOR)<br>Włoszczyzna duszona 100g (SEL)<br>kompot 250ml |
| KOLACJA       | Herbata czarna 250ml<br>Owsianka górską 350 ml) GLU OW, MLE)<br>margaryna 10g<br>chleb pszenny 50g(GLU PSZ)<br>chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>pasztet drobiowy 50g(JAJ, GLU PSZ)<br>ser twarogowy 70g(MLE)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g                                        | Herbata czarna 250ml<br>owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE)<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>ser żółty 30g(MLE)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g                                        | Herbata czarna 250ml<br>owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE)<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>ser twarogowy 70g(MLE)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor bez skórki 60g                                                | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>pasta z białego sera i szczypiorku 70g (MLE)<br>sałata masłowa 20g<br>ogórek 60g                                                       | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>pasta z sera białego ze szczypiorkiem 70g (MLE)<br>pasztet z kurczaka 50g(JAJ, GLU PSZ)<br>sałata masłowa 20g<br>ogórek 60g                                                  | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>bułka pszenna 50g(GLU PSZ)<br>dżembruskawkowy, niskosłodzony 25g<br>pasztet z kurczaka 50g(JAJ, GLU PSZ)<br>sałata masłowa 20g<br>ogórek 60g                                                    |
| PÓŹNA KOLACJA | Maślanka 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                                                                                         | Serek wiejski 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                                      | Maślanka niskotłuszczowa 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                                                  | Serek wiejski 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                                                | Serek wiejski 1 szt. (MLE)<br>Wafle ryżowe 50g                                                                                                                                                                                                              | Maślanka truskawkowa 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                        |
|               | Wartość energetyczna:: 2195 kcal<br>Białko ogółem: 107.02 g<br>Tłuszcz: 63.67 g<br>Kw.tł.nasy.: 27,73g<br>Węglowodany ogółem 312.70 g<br>W tym cukry: 27,73g<br>Sól: 6.64 g<br>Błonnik: 33.51g                                                                                                | Wartość energetyczna: 2403 kcal<br>Białko ogółem: 116,39 g<br>Tłuszcz: 80,86 g<br>Kw.tł.nasy.: 37,87g<br>Węglowodany ogółem: 316 g<br>W tym cukry: 52.39g<br>Sól: 5.86 g<br>Błonnik: 28,27g                                                     | Wartość energetyczna: 2219 kcal<br>Białko ogółem: 117.35 g<br>Tłuszcz: 52.74 g<br>Kw.tł.nasy.: 18.38g<br>Węglowodany ogółem: 333.73<br>W tym cukry: 40.26 g<br>Sól: 5.5 g<br>Błonnik: 27,71g                                                                           | Wartość energetyczna: 2122 kcal<br>Białko ogółem: 109.99 g<br>Tłuszcz: 63.52 g<br>Kw.tł.nasy.: 31.38g<br>Węglowodany ogółem: 295.57 g<br>W tym cukry: 57,77g<br>Sól: 6.16 g<br>Błonnik: 39.03g                                                            | Wartość energetyczna: 2163 kcal<br>Białko ogółem: 104.58 g<br>Tłuszcz: 62.57 g<br>Kw.tł.nasy.: 27.67g<br>Węglowodany ogółem: 312.76 g<br>W tym cukry: 57.74g<br>Sól: 5,24 g                                                                                 | Wartość energetyczna: 2234 kcal<br>Białko ogółem: 95.75 g<br>Tłuszcz: 61.57 g<br>Kw.tł.nasy.: 21.84g<br>Węglowodany ogółem: 340.47 g<br>W tym cukry: 102,48g<br>Sól: 6.82 g<br>Błonnik: 36.8g                                            |

CZWARTEK – 03.07.2025

|               | Dieta podstawowa - kobiety ciężarne                                                                                                                                                                                                                              | Kobieta karmiąca                                                                                                                                                                                                                  | Dieta wysokobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                     | Dieta niskobiałkowa                                                                                                                                                                                             | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i tłuszczu                                                                                                                                                                               | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                                                                                                          |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ŚNIADANIE     | Kawa zbożowa 350ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>chleb mieszaný pszenney 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ZYT)<br>szynka wiejska 40g (SOJ)<br>jajko gotowane 50g(JAJ)<br>papryka czerwona 60g<br>ogórek kiszony 50g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>szynka wiejska 40g (SOJ)<br>jajko gotowane 50g(JAJ)<br>Papryka 60g<br>Ogórek 50g                                             | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>jajko gotowane 50g (JAJ)<br>szynka wiejska 40g (SOJ)<br>papryka czerwona 60g<br>ogórek kiszony 50g | Herbata czarna 250ml<br>masło extra 15g(MLE)<br>Bułka pszenna 120g(GLU PSZ)<br>Szynka parzona 40g (SOJ)<br>Dżem brzoskwiniowy 25g<br>Sałata lodowa 20g<br>Pomidor 60g                                           | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU OW, MLE)<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>szynka parzona 40g (SOJ)<br>jajko gotowane 50g(JAJ)<br>sałata lodowa 20g<br>Pomidor bez skórki 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU OW, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>szynka parzona 40g (SOJ)<br>jajko gotowane na miękko 50g(JAJ)<br>sałata lodowa 20g<br>Pomidor bez skórki 60g |
| II ŚNIADANIE  | Jabłko 1szt.<br>Galaretką owocowa 250ml                                                                                                                                                                                                                          | Jabłko 1szt.<br>Galaretką owocowa 250ml                                                                                                                                                                                           | Gruszka 1szt.                                                                                                                                                                                                                                            | Gruszka gotowana 1szt.                                                                                                                                                                                          | Jabłko gotowane 1szt.                                                                                                                                                                                                                            | Jabłko gotowane 1szt.                                                                                                                                                                                                                                             |
| OBIAD         | Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(MLE)<br>Kasza jęczmienna gotowana 80g(GLU JĘCZ)<br>Sos koperkowy 15g (GLU PSZ, MLE)<br>Galantyna drobiowa 100g (GLU PSZ)<br>brokuły gotowane 100g<br>marchewka gotowana 100g<br>kompot 250ml                                | Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(MLE)<br>Kasza jęczmienna gotowana 80g(GLU JĘCZ)<br>Sos koperkowy 15g (GLU PSZ, MLE)<br>Galantyna drobiowa 100g (GLU PSZ)<br>brokuły gotowane 100g<br>marchewka gotowana 100g<br>kompot 250ml | Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(MLE)<br>Kasza jęczmienna gotowana 80g(GLU JĘCZ)<br>Sos koperkowy 15g (GLU PSZ, MLE)<br>Galantyna drobiowa 100g (GLU PSZ)<br>Sałatką szwedzką konserwowa 100g (GOR)<br>Włoszczyzna duszona 100g(SEL)<br>kompot 250ml | Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(MLE)<br>Kasza jęczmienna gotowana 80g(GLU JĘCZ)<br>Sos koperkowy 15g (GLU PSZ, MLE)<br>Galantyna drobiowa 100g (GLU PSZ)<br>Włoszczyzna duszona 150g (SEL)<br>Kompot 250ml | Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(MLE, SEL)<br>Kasza jęczmienna gotowana 80g(GLU JĘCZ)<br>Sos koperkowy 15g (GLU PSZ, MLE)<br>Galantyna drobiowa 100g (GLU PSZ)<br>buraczki 150g<br>kompot 250ml                                                | Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(MLE)<br>Kasza jęczmienna gotowana 80g(GLU JĘCZ)<br>Sos koperkowy 15g (GLU PSZ, MLE)<br>Galantyna drobiowa 100g (GLU PSZ)<br>Włoszczyzna duszona 150g (SEL)<br>Kompot 250ml                                                   |
| KOLACJA       | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>chleb mieszaný pszenney 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>ser twarogowy 70g(MLE)<br>pasztet drobiowy 50g (GLU PSZ, JAJ)<br>Sałata masłowa 20g<br>ogórek 60g                                                                    | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>bułka pszenna 120g(GLU PSZ)<br>ser twarogowy 70g (MLE)<br>pasztet z kurczaka 50g (GLU PSZ, JAJ)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g                                                     | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>pasztet z kurczaka 50g(GLU PSZ, JAJ)<br>ser twarogowy 70g(MLE)<br>sałata masłowa 20g<br>ogórek 60g                                                                                | Herbata czarna 250ml<br>Margaryna 10g<br>Weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>Szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>Miód 25g<br>Sałata masłowa 20g<br>Pomidor 60g                                                        | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>ser twarogowy 70g(MLE)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor bez skórki 60g                                                                | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>ser twarogowy 70g(MLE)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor bez skórki 60g                                                                                 |
| PÓŹNA KOLACJA | Maślanka truskawkowa 1szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                                                 | Maślanka truskawkowa 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                 | Maślanka 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                                                    | Biszkopity maślane 50g (GLU PSZ, JAJ)                                                                                                                                                                           | Maślanka 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                                            | Maślanka 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                                                             |
|               | Wartość energetyczna: 2658 kcal<br>Białko ogółem: 112.75 g<br>Tłuszcz: 69.47 g<br>Kw.tł.nasy.: 22.23g<br>Węglowodany ogółem: 417.61 g<br>Wtymcukry: 94.54g<br>Sól: 6.94 g<br>Blonnik: 50,62 g                                                                    | Wartość energetyczna: 2501 kcal<br>Białko ogółem: 103.76 g<br>Tłuszcz: 71.52 g<br>Kw.tł.nasy.: 24.47g<br>Węglowodany ogółem: 377.99 g<br>Wtymcukry: 73.21g<br>Sól: 4.81 g<br>Blonnik: 40.09g                                      | Wartość energetyczna: 2026 kcal<br>Białko ogółem: 97.95 g<br>Tłuszcz: 56.66 g<br>Kw.tł.nasy.: 24.56g<br>Węglowodany ogółem: 295.97 g<br>Wtymcukry: 64.58g<br>Sól: 6.78g<br>Blonnik: 33.47g                                                               | Wartość energetyczna: 2050 kcal<br>Białko ogółem: 75.87 g<br>Tłuszcz: 54.8g<br>Kw.tł.nasy.: 27.18g<br>Węglowodany ogółem: 328.29g<br>Wtymcukry: 65.37g<br>Sól: 3.91g<br>Blonnik: 26.5g                          | Wartość energetyczna: 2017 kcal<br>Białko ogółem: 107.48 g<br>Tłuszcz: 48.67g<br>Kw.tł.nasy.: 16.45g<br>Węglowodany ogółem: 301.07g<br>Wtymcukry: 34.42g<br>Sól: 4.74g<br>Blonnik: 24.25g                                                        | Wartość energetyczna: 2091 kcal<br>Białko ogółem: 104.52 g<br>Tłuszcz: 43.62g<br>Kw.tł.nasy.: 15.85g<br>Węglowodany ogółem: 336.19g<br>Wtymcukry: 35.17g<br>Sól: 4.94g<br>Blonnik: 26.75g                                                                         |

| CZWARTEK – 03.07.2025 |                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                           |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                       | Dieta bezglutenowa                                                                                                                                                                          | Dieta płynna do sondy                                                                                                                                                                      | Dieta płynna – kleikowa                                                                                                                                                               | Dieta płynna (kolonoskopia) buliony                                                                                                                                       |
| ŚNIADANIE             | Chleb bezglutenowy 100g (JAJ)<br>Masło extra 15g (MLE)<br>Szynka z piersi kurczaka 40g (SOJ)<br>Jajko gotowane 50g (JAJ)<br>Pomidor 50g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata czarna 250 ml     | Płynna mleczna 500g (MLE)                                                                                                                                                                  | Kleik ryżowy 400g (MLE)<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                    | Bulion rosółowy 400ml (SEL)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                                       |
| II ŚNIADANIE          | Gruszka 1 szt.                                                                                                                                                                              | Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU JĘCZ)                                                                                                                                                    | Herbata czarna 250ml<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)                                                                                                                               |                                                                                                                                                                           |
| OBIAD                 | Barszcz czerwony z ziemniakami 250ml (SEL)<br>Ryż biały gotowany 80g<br>Filet z kurczaka pieczony 120g<br>brokuły gotowane 100g<br>marchewka gotowana 100g<br>Kompot 250ml                  | Płynna mleczna 500g (MLE)                                                                                                                                                                  | Kleik ryżowy 400g (MLE)<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                    | Bulion rosółowy 400ml (SEL)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                                       |
| KOLACJA               | Chleb bezglutenowy 100g (JAJ)<br>Margaryna 1szt.<br>Pasta z sera białego i koperku 70g (MLE)<br>Szynka drobiowa 40g (SOJ)<br>Herbata czarna 250ml                                           | Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU PSZ)                                                                                                                                                     | Kleik ryżowy 400g (MLE)<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                    | Bulion rosółowy 400ml (SEL)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                                       |
| POŹNA KOLACJA         | Serek wiejski 1 szt.                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                            | Herbata czarna 250ml<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)                                                                                                                               |                                                                                                                                                                           |
|                       | Wartość energetyczna: 2018kcal<br>Białko ogółem: 109.49 g<br>Tłuszcz: 60.18 g<br>Kw.tł.nasy.: 19.08 g<br>Węglowodany ogółem: 269.7 g<br>W tym cukry: 56.49 g<br>Sól: 3 g<br>Błonnik: 26.24g | Wartość energetyczna: 1974 kcal<br>Białko ogółem: 89,45g<br>Tłuszcz: 73,48g<br>Kw.tł.nasy.: 23,49g<br>Węglowodany ogółem: 249,11g<br>W tym cukry: 123,54g<br>Sól: 1,69g<br>Błonnik: 16,65g | Wartość energetyczna: 1462 kcal<br>Białko ogółem: 32,4 g<br>Tłuszcz: 12,65g<br>Kw.tł.nasy.: 2,06g<br>Węglowodany ogółem: 303,95g<br>W tym cukry: 6,3g<br>Sól: 0,47g<br>Błonnik: 2,3 g | Wartość energetyczna: 60kcal<br>Białko ogółem: 5,43g<br>Tłuszcz: 1,44g<br>Kw.tł.nasy.: 0,36g<br>Węglowodany ogółem: 7,44g<br>W tym cukry: 0g<br>Sól: 0,21g<br>Błonnik: 0g |

| PIĄTEK – 04.07.2025 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     | Dieta podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Dieta łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                            | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                            | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                                                                                                             | Dieta bogatoresztkowa                                                                                                                                                                                                    | Dieta podstawowa - dzieci                                                                                                                                                                      |
| ŚNIADANIE           | Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g (MLE)<br>chleb mieszany 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>pasta z sera białego z cebulką 70g (MLE)<br>miód 25g<br>Sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g (MLE)<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>pasta z sera białego i koperku 70g (MLE)<br>dżembrzskwiniowy, niskosłodzony 25g<br>sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE)<br>margaryna 10g (MLE)<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>pasta z sera białego i koperku 70g (MLE)<br>dżembrzskwiniowy, niskosłodzony 25g<br>sałata lodowa 20g<br>Pomidor bez skórki 60g | Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g (MLE)<br>chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>pasta z sera białego i koperku 70g (MLE)<br>papryka czerwona 60g<br>ogórek kiszony 50g | Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g (MLE)<br>chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>pasta z sera białego z cebulką 70g (MLE)<br>szynka wiejska 40g (SOJ)<br>Sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g (MLE)<br>bułka pszenna 50g (GLU PSZ)<br>dżembrzskwiniowy 25g<br>pasta z sera białego i koperku 70g (MLE)<br>Sałata lodowa 20g   |
| II ŚNIADANIE        | Banan 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Banan 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                   | Jabłko pieczone 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                       | Jogurt naturalny 180g (MLE)                                                                                                                                                                                              | Banan 1szt.                                                                                                                                                                                    |
| OBIAD               | Krupnik 350ml (GLU JĘCZ, MLE, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Morszczuk pieczony 120 g (RYB)<br>Surówka z kapusty kiszzonej 150g<br>kompot 250ml                                                                                                                                                 | Krupnik 350ml (GLU JĘCZ, MLE, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Morszczuk na parze 120 g (RYB)<br>Surówka z buraków i jabłka 100 g<br>Włoszczyzna duszona 100g (SEL)<br>kompot 250ml                                                                                         | Krupnik 250ml (GLU JĘCZ, MLE, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Morszczuk na parze 120 g (RYB)<br>Włoszczyzna duszona 150g (SEL)<br>kompot 250ml                                                                                                                                      | Krupnik 350ml (GLU JĘCZ, MLE, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Morszczuk na parze 120g (RYB)<br>Surówka z buraczka i jabłka 100g 100 g<br>Surówka z kiszzonej kapusty 100g<br>kompot 250ml                                        | Krupnik 350ml (GLU JĘCZ, MLE, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Morszczuk na parze 120g (RYB)<br>Surówka z buraczka i jabłka 100g 100 g<br>Surówka z kiszzonej kapusty 100g<br>kompot 250ml                             | Krupnik 350ml (GLU JĘCZ, MLE, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Morszczuk pieczony 120 g (RYB)<br>Surówka z kapusty kiszzonej 100g<br>Surówka z buraczka i jabłka 100g<br>kompot 250ml        |
| KOLACJA             | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>chleb mieszany 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>ser żółty 20g (MLE)<br>pasta z jaj 70g (JAJ, MLE)<br>Rozspanka 20g<br>pomidor 60g                                                                                          | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>pasta z jaj 70g (JAJ, MLE)<br>miód 25g<br>roszponka 20g<br>pomidor 60g                                                                                                                                | Herbata czarna 250ml<br>owsianka górską 350ml (GLU OW, MLE)<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>miód 25g<br>pasta z białek 70g (JAJ, MLE)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor bez skórki 60g                                                                               | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>jajko gotowane 50g (JAJ)<br>ser gouda 30g (MLE)<br>sałata masłowa 20g<br>ogórek 60g                                                                 | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>ser żółty 20g (MLE)<br>jajko gotowane 50g (JAJ)<br>roszponka 20g<br>papryka czerwona 60g                                                 | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>bułka pszenna 50g (GLU PSZ)<br>ser żółty 30g (MLE)<br>pasta z jajka 70g (JAJ, MLE)<br>roszponka 20g<br>pomidor 60g                                    |
| PÓŻNA KOLACJA       | Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                                                                                       | Biszkopty maślane 50g (GLU PSZ, JAJ)                                                                                                                                                                                                                                          | Biszkopty maślane 50g (GLU PSZ, JAJ)                                                                                                                                                                                                                                                   | Serek wiejski 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                          | Kefir 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                       | Jogurt naturalny 1szt. (MLE)                                                                                                                                                                   |
|                     | Wartość energetyczna : 2255 kcal<br>Białko ogółem: 97,87 g<br>Tłuszcz: 80,78 g<br>Kw.tł.nasy.: 27,3g<br>Węglowodany ogółem: 298,83 g<br>W tym Cukry: 91,84g<br>Sól: 3,84g<br>Błonnik: 27,83 g                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2196 kcal<br>Białko ogółem: 84,00 g<br>Tłuszcz: 59,64 g<br>Kw.tł.nasy.: 24,43g<br>Węglowodany ogółem: 347,52 g<br>W tym cukry: 113,53g<br>Sól: 4,78 g<br>Błonnik: 33,68 g                                                                               | Wartość energetyczna: 2069 kcal<br>Białko ogółem: 80,22 g<br>Tłuszcz: 38,67 g<br>Kw.tł.nasy.: 19,27g<br>Węglowodany ogółem: 361,92 g<br>W tym cukry: 40,69g<br>Sól: 4,09 g<br>Błonnik: 20,91 g                                                                                         | Wartość energetyczna: 2040 kcal<br>Białko ogółem: 107,32 g<br>Tłuszcz: 60,90 g<br>Kw.tł.nasy.: 31,41g<br>Węglowodany ogółem: 285,58 g<br>W tym cukry: 67,86g<br>Sól: 6,85 g<br>Błonnik: 45,36g                                      | Wartość energetyczna: 2003 kcal<br>Białko ogółem: 100,62 g<br>Tłuszcz: 60,84 g<br>Kw.tł.nasy.: 31,11g<br>Węglowodany ogółem: 279,87 g<br>W tym cukry: 73,88g<br>Sól: 5,41g<br>Błonnik: 38,52g                            | Wartość energetyczna: 2451 kcal<br>Białko ogółem: 94,37 g<br>Tłuszcz: 77,30 g<br>Kw.tł.nasy.: 26,02g<br>Węglowodany ogółem: 364,86 g<br>W tym cukry: 119,22g<br>Sól: 6,47 g<br>Błonnik: 42,09g |

| PIĄTEK – 04.07.2025 |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     | Dieta podstawowa - kobiety ciężarne                                                                                                                                                                                                                                                | Kobieta karmiąca                                                                                                                                                                             | Dieta wysokobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                                                 | Dieta niskobiałkowa                                                                                                                                                                                  | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i tłuszczu                                                                                                                                                                                                        | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                                                                                        |
| ŚNIADANIE           | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>chleb mieszany pszenny 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>pasta z sera białego i koperku 70g (MLE)<br>dżem brzoskwinowy, niskosłodzony 25g<br>sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>szynka wiejska 40g (SOJ)<br>jajko gotowane 50g(JAJ)<br>Papryka 60g<br>Ogórek 50g        | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>chleb mieszany 60g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>chleb graham 30g(GLU PSZ)<br>pasta z sera białego z cebulką 70g(MLE)<br>miód 25g<br>Sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Herbata czarna 250ml<br>masło extra 15g(MLE)<br>Bułka pszenna 120g (GLU PSZ)<br>pasta z sera białego i koperku 70g (MLE)<br>Dzembrzoskwiniowy, niskosłodzony 25g<br>Sałata lodowa 20g<br>Pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE)<br>margaryna 10g<br>bułka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>pasta z sera białego i koperku 70g (MLE)<br>szynka drobiowa 40g (SOJ, MLE)<br>sałata lodowa 20g<br>Pomidor bez skórki 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>pasta z sera białego i koperku 70g (MLE)<br>Sałata lodowa 20g<br>Pomidor bez skórki 60g |
| II ŚNIADANIE        | Banan 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                        | Serek wiejski 1szt.<br>Galaretka owocowa                                                                                                                                                     | Banan 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                          | Banan 1szt.                                                                                                                                                                                          | Jabłko pieczone 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                     | Jabłko pieczone 1szt.                                                                                                                                                                                                                           |
| OBIAD               | Krupnik 350ml(GLU JĘCZ, MLE, SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>Morszczuk pieczony 130 g(RYB)<br>surówka z kiszonej kapusty 100g<br>surówka z buraków i jabłka 100g<br>kompot 250ml                                                                                                | Krupnik 350ml(GLU JĘCZ, MLE, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Morszczuk na parze 120 g(RYB)<br>Surówka z buraków i jabłka 100 g<br>Włoszczyzna duszona 100g (SEL)<br>kompot 250ml          | Krupnik 350ml(GLU JĘCZ, MLE, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Morszczuk pieczony 120 g (RYB)<br>Surówka z kapusty kiszzonej 150g<br>kompot 250ml                                                                                                                                   | Krupnik 250ml(GLU JĘCZ, MLE, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Morszczuk na parze 120 g (RYB)<br>Surówka z buraków i jabłka 100g<br>kompot 250ml                                                    | Krupnik 250ml(GLU JĘCZ, MLE, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Morszczuk na parze 120 g(RYB)<br>Włoszczyzna duszona 150g (SEL)<br>kompot 250ml                                                                                                                           | Krupnik 250ml(GLU JĘCZ, MLE, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Morszczuk na parze 120 g(RYB)<br>Włoszczyzna duszona 150g (SEL)<br>kompot 250ml                                                                                                 |
| KOLACJA             | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>chleb mieszany pszenny 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>pasta z jajka 70g(JAJ, MLE)<br>ser żółty 20g(MLE)<br>sałata masłowa 20g<br>Pomidor 60g                                                                                                  | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>bułka pszenna 120g(GLU PSZ)<br>ser twarogowy 70g(MLE)<br>pasztet z kurczaka 50g (GLU PSZ, JAJ)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g                 | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>ser żółty 20g(MLE)<br>pasta z jaj 70g(JAJ, MLE)<br>Roszpinka 20g<br>pomidor 60g                                                                                                                               | Herbata czarna 250ml.<br>Wekapszena 100g(GLU PSZ)<br>Margaryna 10g<br>Miód 25g<br>Pasta z jaj 70g (JAJ, MLE)<br>Sałata lodowa 20g<br>Pomidor 60g                                                     | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>pasta z białej jaj 70g (MLE, JAJ)<br>szynka drobiowa 40g (SOJ)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor bez skórki 60g                                                                                    | Herbata czarna 250ml.<br>Weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>Margaryna 10g<br>miód 25g<br>jajko gotowane na miękko 50g (JAJ)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor bez skórki 60g                                                                          |
| PÓŻNA KOLACJA       | Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)<br>Biszkopty maślane 50g(GLU PSZ, JAJ)                                                                                                                                                                                                               | Maślanka truskawkowa 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                            | Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                                                                        | Wafle ryżowe 50g                                                                                                                                                                                     | Biszkopty maślane 50g(GLU PSZ, JAJ)                                                                                                                                                                                                                                       | Biszkopty maślane 50g(GLU PSZ, JAJ)                                                                                                                                                                                                             |
|                     | Wartość energetyczna: 2560 kcal<br>Białko ogółem: 95,67 g<br>Tłuszcz: 81,33g<br>Kw.tł.nasy.: 26,47g<br>Węglowodany ogółem: 384,22g<br>W tym cukry: 104,89g<br>Sól: 5,43g<br>Błonnik: 36,32g                                                                                        | Wartość energetyczna: 2341 kcal<br>Białko ogółem: 98,04 g<br>Tłuszcz: 68,56g<br>Kw.tł.nasy.: 27,75g<br>Węglowodany ogółem: 348,18 g<br>W tym cukry: 89,10g<br>Sól: 6,83 g<br>Błonnik: 51,74g | Wartość energetyczna: 2078 kcal<br>Białko ogółem: 105,08g<br>Tłuszcz: 25,77 g<br>Kw.tł.nasy.: 25,01g<br>Węglowodany ogółem: 285,22 g<br>W tym cukry: 103,26g<br>Sól: 3,82 g<br>Błonnik: 51,74 g                                                                                      | Wartość energetyczna: 2076 kcal<br>Białko ogółem: 55,27g<br>Tłuszcz: 66,64g<br>Kw.tł.nasy.: 19,71g<br>Węglowodany ogółem: 327,52g<br>W tym cukry: 97,70 g<br>Sól: 3,28g<br>Błonnik: 19,43g           | Wartość energetyczna: 2005 kcal<br>Białko ogółem: 86,04g<br>Tłuszcz: 42,90g<br>Kw.tł.nasy.: 11,43g<br>Węglowodany ogółem: 330,29g<br>W tym cukry: 98,39g<br>Sól: 3,92g<br>Błonnik: 21,17g                                                                                 | Wartość energetyczna: 1906 kcal<br>Białko ogółem: 75,86g<br>Tłuszcz: 45,03g<br>Kw.tł.nasy.: 15,08g<br>Węglowodany ogółem: 310,23g<br>W tym cukry: 89,55g<br>Sól: 3,29g<br>Błonnik: 19,55g                                                       |



| PIĄTEK – 04.07.2025 |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                           |
|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     | Dieta bezglutenowa                                                                                                                                                                             | Dieta płynna do sondy                                                                                                                                                                      | Dieta płynna – kleikowa                                                                                                                                                               | Dieta płynna (kolonoskopia) buliony                                                                                                                                       |
| ŚNIADANIE           | Chleb bezglutenowy 100g (JAJ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>pasta z sera białego i koperku 70g (MLE)<br>dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 25g<br>sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g                 | Płynna mleczna 500g (MLE)                                                                                                                                                                  | Kleik ryżowy 400g (MLE)<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                    | Bulion rosółowy 400ml (SEL)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                                       |
| II ŚNIADANIE        | Banan 1 szt.                                                                                                                                                                                   | Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU JĘCZ)                                                                                                                                                    | Herbata czarna 250ml<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)                                                                                                                               |                                                                                                                                                                           |
| OBIAD               | Krupnik z kaszą jaglaną 350 ml (MLE,SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Morszczuk na parze 120 g (RYB)<br>Surówka z buraków i jabłka 100 g<br>Włoszczyzna duszona 100g (SEL)<br>kompot 250ml    | Płynna mleczna 500g (MLE)                                                                                                                                                                  | Kleik ryżowy 400g (MLE)<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                    | Bulion rosółowy 400ml (SEL)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                                       |
| KOLACJA             | Chleb bezglutenowy 100 (JAJ)<br>margaryna 10g<br>pasta z jaj 70g (JAJ, MLE)<br>miód 25g<br>roszponka 20g<br>pomidor 60g<br>Herbata czarna 250ml                                                | Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU PSZ)                                                                                                                                                     | Kleik ryżowy 400g (MLE)<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                    | Bulion rosółowy 400ml (SEL)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                                       |
| POŻNA KOLACJA       | Jogurt naturalny 1szt. (MLE)                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                            | Herbata czarna 250ml<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)                                                                                                                               |                                                                                                                                                                           |
|                     | Wartość energetyczna: 2064 kcal<br>Białko ogółem: 59,33 g<br>Tłuszcz: 71,16 g<br>Kw.tł.nasy.: 16,45g<br>Węglowodany ogółem: 309,2 g<br>W tym cukry: 78,65 g<br>Sól: 3,14 g<br>Błonnik: 32,29 g | Wartość energetyczna: 1974 kcal<br>Białko ogółem: 89,45g<br>Tłuszcz: 73,48g<br>Kw.tł.nasy.: 23,49g<br>Węglowodany ogółem: 249,11g<br>W tym cukry: 123,54g<br>Sól: 1,69g<br>Błonnik: 16,65g | Wartość energetyczna: 1462 kcal<br>Białko ogółem: 32,4 g<br>Tłuszcz: 12,65g<br>Kw.tł.nasy.: 2,06g<br>Węglowodany ogółem: 303,95g<br>W tym cukry: 6,3g<br>Sól: 0,47g<br>Błonnik: 2,3 g | Wartość energetyczna: 60kcal<br>Białko ogółem: 5,43g<br>Tłuszcz: 1,44g<br>Kw.tł.nasy.: 0,36g<br>Węglowodany ogółem: 7,44g<br>W tym cukry: 0g<br>Sól: 0,21g<br>Błonnik: 0g |

| SOBOTA – 05.07.2025 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     | Dieta podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Dieta łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                       | Dieta łatwostrawna z ograniczeniemtłuszczu                                                                                                                                                                                   | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnychwęglowodanów                                                                                                                                                 | Dieta bogatoresztkowa                                                                                                                                                                               | Dieta podstawowa - dzieci                                                                                                                                                                           |
| ŚNIADANIE           | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>chleb mieszany 60g (GLU OSZ, GLU ŻYT)<br>chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>galaretka drobiowa 100g<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>Sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>galaretka drobiowa 100 g<br>sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE)<br>margaryna 10g (MLE)<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>galaretka drobiowa 150 g<br>sałata lodowa 20g<br>Pomidor bez skórki 60 | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>galaretka drobiowa 100g<br>sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>mielonka 40g (SOJ, MLE)<br>galaretka drobiowa 100g<br>sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>bułka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>szynka drobiowa 40g (SOJ, MLE)<br>galaretka drobiowa 100g<br>sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g |
| II ŚNIADANIE        | Banan 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Banan 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                             | Jabłko gotowane 1szt.                                                                                                                                                                                                        | Jogurt naturalny 180 g(MLE).                                                                                                                                                                           | Banan 1 szt.                                                                                                                                                                                        | Banan 1 szt.                                                                                                                                                                                        |
| OBIAD               | Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Udko pieczone 130 g<br>Surówka z marchewki i jabłka 100g<br>Fasolka szparagowa gotowana 100g<br>kompot 250ml                                                                                                                       | Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Udko na parze 130 g<br>Warzywa duszone 150 g(SEL)<br>kompot 250ml                                                                                                                   | Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 130g<br>Udko gotowane 130 g<br>Warzywa duszone 150 g(SEL)<br>kompot 250ml                                                                                       | Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Udko gotowane 130 g<br>Fasolka szparagowa gotowana 100g<br>Surówka z marchwi i jabłka 100g<br>kompot 250ml                        | Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Udko gotowane 130 g<br>Fasolka szparagowa gotowana 100g<br>Surówka z marchwi i jabłka 100g<br>kompot 250ml                     | Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Udko pieczone 130 g<br>Surówka z marchewki i jabłka 100g<br>Fasolka szparagowa gotowana 100g<br>kompot 250ml                   |
| KOLACJA             | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE)<br>chleb mieszany 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>pasta z sera białego i pietruszki 70g (MLE)<br>Sałata mix 10g<br>rzodkiewka 60g                            | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE)<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>pasta z sera białego i pomidora 70g (MLE)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>Sałata mix 10g<br>pomidor 60g                              | Herbata czarna 250 ml<br>margaryna 10g<br>owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE)<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>dżem morelowy, niskosłodzony 25g<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>Sałata mix 10g<br>rzodkiewka 60g g     | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>pasta z białego sera i pietruszki 70g (MLE)<br>Sałata mix 10g<br>rzodkiewka 60g     | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>chleb graham 90g(GLU PSZ)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>pasta z białego sera i pietruszki 70g (MLE)<br>Sałata mix 10g<br>rzodkiewka 60g           | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>bułka pszenna 50g (GLU PSZ)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>pasta z białego sera i pietruszki 70g (MLE)<br>Sałata mix 10g<br>rzodkiewka 60g         |
| PÓŹNA KOLACJA       | Mus owocowy 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Mus owocowy 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                       | Mus owocowy 1 szt.                                                                                                                                                                                                           | Kanapka nocna (GLU PSZ, MLE)                                                                                                                                                                           | Mus owocowy 1 szt.                                                                                                                                                                                  | Mus owocowy 1 szt.                                                                                                                                                                                  |
|                     | Wartość energetyczna: 2262 kcal<br>Białko ogółem: 112.05 g<br>Tłuszcz: 82.17 g<br>Kw.tł.nasy.: 24,07g<br>Węglowodany ogółem: 303.88 g<br>W tym cukry: 79,31g<br>Sól: 6.94 g<br>Błonnik: 45.44g                                                                                                          | Wartość energetyczna: 2247 kcal<br>Białko ogółem: 105.68 g<br>Tłuszcz: 67.79 g<br>Kw.tł.nasy.: 25,21g<br>Węglowodany ogółem: 317,10 g<br>W tym cukry: 67,09g<br>Sól: 6.55 g<br>Błonnik: 28.81g                                                           | Wartość energetyczna: 2109 kcal<br>Białko ogółem: 91.53 g<br>Tłuszcz: 57.82 g<br>Kw.tł.nasy.: 15,67g<br>Węglowodany ogółem: 316.44 g<br>W tym cukry: 44,01g<br>Sól: 5.47 g<br>Błonnik: 22.01g                                | Wartość energetyczna: 2038 kcal<br>Białko ogółem: 83.34 g<br>Tłuszcz: 44.27 g<br>Kw.tł.nasy.: 27,72g<br>Węglowodany ogółem: 356.09 g<br>W tym cukry: 55,34g<br>Sól: 5.22 g<br>Błonnik: 44.07g          | Wartość energetyczna: 1934 kcal<br>Białko ogółem: 88.17 g<br>Tłuszcz: 57.12 g<br>Kw.tł.nasy.: 28,28g<br>Węglowodany ogółem: 287.45 g<br>W tym cukry: 83,53g<br>Sól: 5.83 g<br>Błonnik: 45.70g       | Wartość energetyczna: 2258 kcal<br>Białko ogółem: 74.88 g<br>Tłuszcz: 68.57 g<br>Kw.tł.nasy.: 21,64g<br>Węglowodany ogółem: 355.23 g<br>W tym cukry: 128,81g<br>Sól: 5.30 g<br>Błonnik: 42.72 g     |

|  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|

| SOBOTA – 05.07.2025 |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                        |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     | Dieta podstawowa - kobiety ciężarne                                                                                                                                                                                                                          | Kobieta karmiąca                                                                                                                                                                                     | Dieta wysokobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                 | Dieta niskobiałkowa                                                                                                                                                                      | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i tłuszczu                                                                                                                                                             | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                               |
| ŚNIADANIE           | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>chleb mieszany pszenny 100g(GLU PSZ, GLU ZYT)<br>chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ZYT)<br>galaretka drobiowa 100g<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g<br>galaretka drobiowa 100g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>chleb mieszany 60g(GLU PSZ, GLU ZYT)<br>chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ZYT)<br>galaretka drobiowa 100g<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Herbata czarna 250ml<br>masło extra 15g(MLE)<br>bułka pszenna 120g (GLU PSZ)<br>galaretka drobiowa 100g<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g          | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE)<br>margaryna 10g (MLE)<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>galaretka drobiowa 150 g<br>sałata lodowa 20g<br>Pomidor bez skórki 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>bułka pszenna 50g (GLU PSZ)<br>galaretka drobiowa 150 g<br>sałata lodowa 20g<br>Pomidor bez skórki 60g           |
| II ŚNIADANIE        | Jogurt naturalny 1 szt.(MLE)<br>Banan 1 szt.                                                                                                                                                                                                                 | Jogurt naturalny 1 szt.(MLE)<br>Banan 1 szt,                                                                                                                                                         | Banan 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                         | Banan 1 szt.                                                                                                                                                                             | Jabłko gotowane 1szt.                                                                                                                                                                                                          | Banan 1szt.                                                                                                                                                                            |
| OBIAD               | Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE,SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Udko pieczone 130 g<br>Surówka z marchewki i jabłka 100g<br>Fasolka szparagowa gotowana 100g<br>kompot 250ml                                                                             | Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE,SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Udko gotowane 130 g<br>Surówka z marchwi i jabłka 150g<br>kompot 250ml                                                           | Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE,SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Udko pieczone 130 g<br>Surówka z marchewki i jabłka 100g<br>Fasolka szparagowa gotowana 100g<br>kompot 250ml                                                                     | Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE,SEL)<br>Ryż biały 80g<br>Udko gotowane 130 g<br>Fasolka szparagowa gotowana 100g<br>Warzywa duszone 100g(SEL)<br>kompot 250ml                           | Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE,SEL)<br>Ziemniaki gotowane 130g<br>Udko gotowane 130 g<br>Warzywa duszone 150 g(SEL)<br>kompot 250ml                                                                                          | Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE,SEL)<br>Ziemniaki gotowane 130g<br>Udko gotowane 130 g<br>Warzywa duszone 150 g(SEL)<br>kompot 250ml                                                  |
| KOLACJA             | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>chleb mieszany pszenny 100g (GLU PSZ, GLU ZYT)<br>pasta z białego sera i pietruszki 70g (MLE)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>sałata masłowa 20g<br>Pomidor 60g                                                    | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>chleb pszenny 100g(GLU PSZ)<br>pasta z białego sera i pietruszki 70g (MLE)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g               | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>chleb pszenny 60g (GLU PSZ)<br>chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ZYT)<br>pasta z sera białego i pietruszki 70g (MLE)<br>szynka parzona 40g (SOJ)<br>Sałata mix 10g<br>ogórek kiszony 50g                       | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>pasta z białego sera i pomidora (MLE) 70g<br>Sałata mix 10g                  | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>pasta z sera białego 70g (MLE)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ,MLE)<br>Sałata mix 10g                                                                    | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>pasta z białego sera i pietruszki (MLE) 70g<br>Sałata masłowa 20g          |
| PÓŻNA KOLACJA       | Mus owocowy 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                           | Mus owocowy 1 szt.                                                                                                                                                                                   | Mus owocowy 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                   | Mus owocowy 1 szt.                                                                                                                                                                       | Mus owocowy 1 szt.                                                                                                                                                                                                             | Mus owocowy 1 szt.                                                                                                                                                                     |
|                     | Wartość energetyczna: 2625 kcal<br>Białko ogółem: 98.65 g<br>Tłuszcz: 85.74 g<br>Kw.tł.nasy.:22,62g<br>Węglowodany ogółem: 389.56 g<br>W tym cukry:149,5g<br>Sól: 6.76 g<br>Błonnik:40.36                                                                    | Wartość energetyczna: 2406 kcal<br>Białko ogółem: 101.02 g<br>Tłuszcz: 72.97 g<br>Kw.tł.nasy.:22,46g<br>Węglowodany ogółem: 353.52 g<br>W tym cukry:150,58g<br>Sól: 8.16 g<br>Błonnik: 55.78 g       | Wartość energetyczna:2181 kcal<br>Białko ogółem:109,17g<br>Tłuszcz: 54,12g<br>Kw.tł.nasy.: 20,32g<br>Węglowodany ogółem: 338,25g<br>W tym cukry: 137,57g<br>Sól: 5,88g<br>Błonnik: 54,00g                                                            | Wartość energetyczna: 1996 kcal<br>Białko ogółem: 70,01 g<br>Tłuszcz:76,31g<br>Kw.tł.nasy.: 76,31g<br>Węglowodany ogółem:274,92 g<br>W tym cukry: 66,44g<br>Sól:5,08 g<br>Błonnik:36,59g | Wartość energetyczna: 2158 kcal<br>Białko ogółem: 87,66g<br>Tłuszcz:43,26g<br>Kw.tł.nasy.: 14,8g<br>Węglowodany ogółem:371,22 g<br>W tym cukry: 95,04g<br>Sól:5,14g<br>Błonnik:34,24g                                          | Wartość energetyczna: 2060 kcal<br>Białko ogółem: 80,86g<br>Tłuszcz:53,61g<br>Kw.tł.nasy.: 22,4g<br>Węglowodany ogółem:329,35 g<br>W tym cukry: 102,16g<br>Sól:5,04g<br>Błonnik:33,29g |

| SOBOTA – 05.07.2025 |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                           |
|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     | Dieta bezglutenowa                                                                                                                                                                           | Dieta płynna do sondy                                                                                                                                                                      | Dieta płynna – kleikowa                                                                                                                                                               | Dieta płynna (kolonoskopia) buliony                                                                                                                                       |
| ŚNIADANIE           | Chleb bezglutenowy 100g (JAJ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>galaretka drobiowa 100 g<br>sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g<br>herbata czarna 250ml            | Płynna mleczna 500g (MLE)                                                                                                                                                                  | Kleik ryżowy 400g (MLE)<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                    | Bulion rosółowy 400ml (SEL)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                                       |
| II ŚNIADANIE        | Banan 1 szt.                                                                                                                                                                                 | Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU<br>JĘCZ)                                                                                                                                                 | Herbata czarna 250ml<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)                                                                                                                               |                                                                                                                                                                           |
| OBIAD               | Zupa koperkowa z ryżem 350ml (MLE, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Udko na parze 130 g<br>Fasolka szparagowa 100g<br>kompot 250ml                                                         | Płynna mleczna 500g (MLE)                                                                                                                                                                  | Kleik ryżowy 400g (MLE)<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                    | Bulion rosółowy 400ml (SEL)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                                       |
| KOLACJA             | Chleb bezglutenowy 100g (JAJ)<br>Margaryna 10g<br>pasta z sera białego i pomidora 70g (MLE)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>sałata mix 20g<br>pomidor 60g<br>herbata czarna 250ml     | Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU<br>PSZ)                                                                                                                                                  | Kleik ryżowy 400g (MLE)<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                    | Bulion rosółowy 400ml (SEL)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                                       |
| POŻNA KOLACJA       | Mus owocowy 1 szt.                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                            | Herbata czarna 250ml<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)                                                                                                                               |                                                                                                                                                                           |
|                     | Wartość energetyczna: 2147 kcal<br>Białko ogółem: 95,17 g<br>Tłuszcz: 74,78 g<br>Kw.tł.nasy.: 19,8 g<br>Węglowodany ogółem: 282,58 g<br>W tym cukry: 78,63g<br>Sól: 3,26 g<br>Błonnik 31,3 g | Wartość energetyczna: 1974 kcal<br>Białko ogółem: 89,45g<br>Tłuszcz: 73,48g<br>Kw.tł.nasy.: 23,49g<br>Węglowodany ogółem: 249,11g<br>W tym cukry: 123,54g<br>Sól: 1,69g<br>Błonnik: 16,65g | Wartość energetyczna: 1462 kcal<br>Białko ogółem: 32,4 g<br>Tłuszcz: 12,65g<br>Kw.tł.nasy.: 2,06g<br>Węglowodany ogółem: 303,95g<br>W tym cukry: 6,3g<br>Sól: 0,47g<br>Błonnik: 2,3 g | Wartość energetyczna: 60kcal<br>Białko ogółem: 5,43g<br>Tłuszcz: 1,44g<br>Kw.tł.nasy.: 0,36g<br>Węglowodany ogółem: 7,44g<br>W tym cukry: 0g<br>Sól: 0,21g<br>Błonnik: 0g |

| NIEDZIELA – 06.07.2025 |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                        | Dieta podstawowa                                                                                                                                                                                                                                              | Dieta łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                    | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                            | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnychwęglowodanów                                                                                                                                                                       | Dieta bogatoresztkowa                                                                                                                                                                                         | Dieta podstawowa - dzieci                                                                                                                                                                                   |
| ŚNIADANIE              | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g (MLE)<br>chleb mieszany 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>połudwica z indyka 40g (SOJ, MLE)<br>ser żółty 30g(MLE)<br>Sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g (MLE)<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>połudwica z indyka 40g (SOJ, MLE)<br>ser żółty 30 g(MLE)<br>sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE)<br>margaryna 10g (MLE)<br>bułka pszenna 120g (GLU PSZ)<br>połudwica z indyka 40g (SOJ, MLE)<br>dżembrzoskwiniowy 25g<br>sałata lodowa 20g<br>Pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g (MLE)<br>chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>połudwica z indyka 40g (SOJ, MLE)<br>ser żółty 30g(MLE)<br>sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g                    | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g (MLE)<br>chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>połudwica z indyka 40g (SOJ, MLE)<br>ser żółty 30g (MLE)<br>sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g    | Kakao 250ml (MLE)<br>masło extra 15g (MLE)<br>bułka pszenna 120g (GLU PSZ)<br>połudwica z indyka 40g (SOJ, MLE)<br>ser topiony 25g (MLE)<br>Sałata lodowa 20g<br>Pomidor 60g                                |
| II ŚNIADANIE           | Winogrona 50g                                                                                                                                                                                                                                                 | Kisiel truskawkowy                                                                                                                                                                                                                                    | Kisiel truskawkowy                                                                                                                                                                                                                                     | Jogurt naturalny 1 szt.(MLE)                                                                                                                                                                                                 | Winogrona 50g                                                                                                                                                                                                 | Winogrona 50g                                                                                                                                                                                               |
| OBIAD                  | Zupa pomidorowa z ryżem 350ml(GLU PSZ, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Pieczony filet z kurczaka 130 g<br>Marchewka z groszkiem gotowana 100g (GLU PSZ)<br>surówka z białej rzodkwi 100g<br>kompot 250ml                                                   | Zupa pomidorowa z ryżem 350ml(GLU PSZ, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Roladka z kurczaka pieczona 130 g<br>Surówka z marchewki i selera 100 g (SEL)<br>Buraczki tarte 100g<br>kompot 250ml                                                        | Zupa grysikowa 350ml(GLU PSZ, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Roladka z kurczaka pieczona 130 g<br>Surówka z marchewki i selera 100 g(SEL)<br>Buraczki tarte 100g<br>Kompot 250ml                                                                   | Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU PS, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Roladka z kurczaka pieczona 130g<br>Marchewka z groszkiem gotowana 100g )GLU PSZ)<br>surówka z białej rzodkwi 100g<br>kompot 250ml                 | Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU PSZ, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Roladka z kurczaka pieczona 130g<br>Marchewka z groszkiem gotowana 100g (GLU PSZ)<br>surówka z białej rzodkwi 100g<br>kompot 250ml | Zupa pomidorowa z ryżem 350ml(GLU PSZ, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Pieczony filet z kurczaka 130 g<br>Marchewka z groszkiem gotowana 100g (GLU PSZ)<br>surówka z białej rzodkwi 100g<br>kompot 250ml |
| KOLACJA                | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE)<br>chleb pszenny 50g (GLU PSZ)<br>chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>paprykarz (RYB, SEL)<br>parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ)<br>sałata masłowa 20g<br>ogórek kiszony 50g  | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE)<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>paprykarz warzywny 50g (SEL)<br>parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g                                | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE)<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>parówka drobiowa 70g (SOJ, GLU PSZ)<br>szynka parzona 40g (SOJ)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor bez skórki 60g                          | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>Owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE)<br>chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>paprykarz 50g (SEL)<br>parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ)<br>sałata masłowa 20g<br>ogórek kiszony 50g | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>paprykarz 50g(RYB, SEL)<br>parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ)<br>sałata masłowa 20g<br>ogórek kiszony 50g                    | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>bułka pszenna 50g (GLU PSZ)<br>parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ)<br>pasta z sera białego i pomidora 70g (MLE)<br>sałata masłowa 20g                              |
| PÓŻNA KOLACJA          | Serek wiejski 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                                                    | Serek wiejski 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                                            | Serek wiejski 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                                             | Serek wiejski 1 szt. (MLE)<br>Wafle ryżowe 50g                                                                                                                                                                               | Serek wiejski 1 szt. (MLE)<br>Wafle ryżowe 50g                                                                                                                                                                | Serek wiejski 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                  |
|                        | Wartość energetyczna: 2153 kcal<br>Białko ogółem: 120,43 g<br>Tłuszcz: 83,72 g<br>Kw.tł.nasy.: 27,93g<br>Węglowodany ogółem: 268,79 g<br>W tym cukry: 64,63g<br>Sól: 4,97 g<br>Błonnik: 30,86g                                                                | Wartość energetyczna: 2138 kcal<br>Białko ogółem: 99,55 g<br>Tłuszcz: 86,50 g<br>Kw.tł.nasy.: 42,76g<br>Węglowodany ogółem: 252,68 g<br>W tym cukry: 54,93g<br>Sól: 3,76 g<br>Błonnik: 26,36 g                                                        | Wartość energetyczna: 2087 kcal<br>Białko ogółem: 108,18 g<br>Tłuszcz: 55,04 g<br>Kw.tł.nasy.: 20,35g<br>Węglowodany ogółem: 302,29 g<br>W tym cukry: 63,47g<br>Sól: 5,15 g<br>Błonnik: 20,94 g                                                        | Wartość energetyczna: 2112 kcal<br>Białko ogółem: 98,3 g<br>Tłuszcz: 76,08 g<br>Kw.tł.nasy.: 33,4g<br>Węglowodany ogółem: 272,91 g<br>W tym cukry: 41,34g<br>Sól: 6,78 g<br>Błonnik: 32,94 g                                 | Wartość energetyczna: 2088 kcal<br>Białko ogółem: 90,7 g<br>Tłuszcz: 75,5 g<br>Kw.tł.nasy.: 34,39g<br>Węglowodany ogółem: 275,26 g<br>W tym cukry: 38,76g<br>Sól: 6,51 g<br>Błonnik: 32,54 g                  | Wartość energetyczna: 1997 kcal<br>Białko ogółem: 104,46 g<br>Tłuszcz: 66,06 g<br>Kw.tł.nasy.: 30,88g<br>Węglowodany ogółem: 255,02 g<br>W tym cukry: 53,63g<br>Sól: 5,65 g<br>Błonnik: 22,79 g             |

|                        |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                        |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                  |
| NIEDZIELA – 06.07.2025 |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                        | Dieta podstawowa - kobiety ciężarne                                                                                                                                                                                                                        | Kobieta karmiąca                                                                                                                                                                                     | Dieta wysokobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                      | Dieta niskobiałkowa                                                                                                                                                                           | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i tłuszczu                                                                                                                                                           | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                                                                                         |
| ŚNIADANIE              | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g (MLE)<br>chleb mieszany pszenny 100g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>południca z indyka 40g (SOJ, MLE)<br>ser żółty 30g (MLE)<br>Sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g (MLE)<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>galaretka drobiowa 100g<br>szynka z kurczaka 40g(SOJ, MLE)<br>sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g (MLE)<br>chleb mieszany 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>południca z indyka 40g (SOJ, MLE)<br>ser żółty 30g(MLE)<br>Sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g        | Herbata czarna 250ml<br>masło extra 15g (MLE)<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>południca z indyka 40g (SOJ, MLE)<br>dżembrzoscwiniowy 25g<br>sałata lodowa 20g<br>Pomidor 60g                | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>margaryna 10g (MLE)<br>bułka pszenna 120g (GLU PSZ)<br>południca z indyka 40g (SOJ, MLE)<br>serek śmietankowy Almette 40g (MLE)<br>sałata lodowa 20g<br>Pomidor bez skórki 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g (MLE)<br>południca z indyka 40g (SOJ, MLE)<br>serek śmietankowy Almette 40g(MLE)<br>Sałata lodowa 20g<br>Pomidor bez skórki 60g |
| II ŚNIADANIE           | Winogrona 50g<br>Kisiel truskawkowy 250 ml                                                                                                                                                                                                                 | Kisiel truskawkowy 250ml<br>Jabłko pieczone 1szt.                                                                                                                                                    | Winogrona 50g                                                                                                                                                                                                                                             | Winogrona 50g<br>Kisiel truskawkowy 250ml                                                                                                                                                     | Kisiel truskawkowy 250ml                                                                                                                                                                                                     | Kisiel truskawkowy 250ml                                                                                                                                                                                                                         |
| OBIAD                  | Zupa pomidorowa z ryżem 350ml(GLU PSZ, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Pieczony filet z kurczaka 130 g<br>Marchewka z groszkiem gotowana 100g (GLU PSZ)<br>surówka z białej rzodkwi 100g<br>kompot 250ml                                                | Zupa pomidorowa z ryżem 350ml(GLU PSZ, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Roladka z kurczaka pieczona 130 g<br>Marchewka z groszkiem gotowana 100g<br>Buraczki 100g<br>kompot 250ml                  | Zupa pomidorowa z ryżem 350ml(GLU PSZ, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Pieczony filet z kurczaka 130 g<br>Marchewka z groszkiem gotowana 100g (GLU PSZ)<br>surówka z białej rzodkwi 100g<br>kompot 250ml                                               | Zupa pomidorowa z ryżem 350ml(GLU PSZ, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Roladka z kurczaka pieczona 130 g<br>Surówka z marchewki i selera 100 g(SEL)<br>Buraczki tarte 100g<br>kompot 250ml | Zupa grysikowa 350ml (GLU PSZ, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Roladka z kurczaka pieczona 130g<br>Buraczki tarte 150g<br>Kompot 250ml                                                                                    | Zupa grysikowa 350ml(GLU PSZ, SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Roladka z kurczaka pieczona 130g<br>Buraczki tarte 150g<br>Kompot 250ml                                                                                                         |
| KOLACJA                | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE)<br>chleb mieszany pszenny 100g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ)<br>Paprykarz 50g (RYB, SEL)<br>sałata masłowa 20g<br>ogórek kiszony 60g                | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>chleb pszenny 100g (GLU PSZ)<br>parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ)<br>szynka wiejska 40g (SOJ)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g                        | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE)<br>chleb pszenny 50g (GLU PSZ)<br>chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ)<br>paprykarz 70g (RYB, SEL)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>paprykarz warzywny 50g (SEL)<br>parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g              | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>szynka parzona 40g (SOJ)<br>pasta z sera białego i pomidora 70g (MLE)<br>sałata masłowa 20g                                                          | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>bułka pszenna 120g (GLU PSZ)<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>ser biały 70g (MLE)<br>szynka parzona 40g (SOJ)<br>sałata masłowa 20g                                                                    |
| PÓŹNA KOLACJA          | Serek wiejski 1 szt.(MLE)                                                                                                                                                                                                                                  | Serek wiejski 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                           | Serek wiejski 1 szt.(MLE)                                                                                                                                                                                                                                 | Herbatniki 50g (GLU PSZ, JAJ, MLE)                                                                                                                                                            | Serek wiejski 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                   | Serek wiejski 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                                       |
|                        | Wartość energetyczna: 2430 kcal<br>Białko ogółem: 110,58 g<br>Tłuszcz: 69,65 g<br>Kw.tł.nasy.: 31,54g<br>Węglowodany ogółem: 297,22 g<br>Wtymcukry: 89,47<br>Sól: 7,09 g<br>Błonnik: 36,85 g                                                               | Wartość energetyczna: 2445 kcal<br>Białko ogółem: 120,65 g<br>Tłuszcz: 66,09 g<br>Kw.tł.nasy.: 28,58g<br>Węglowodany ogółem: 359,23 g<br>Wtymcukry: 82,96g<br>Sól: 6,83 g<br>Błonnik: 28,05 g        | Wartość energetyczna: 2039 kcal<br>Białko ogółem: 109,04 g<br>Tłuszcz: 68,71 g<br>Kw.tł.nasy.: 32,25 g<br>Węglowodany ogółem: 261,66 g<br>Wtymcukry: 57,01g<br>Sól: 5,07 g<br>Błonnik: 32,74 g                                                            | Wartość energetyczna: 2232 kcal<br>Białko ogółem: 67,88g<br>Tłuszcz: 81,65g<br>Kw.tł.nasy.: 33,86g<br>Węglowodany ogółem: 321,31g<br>W tym cukry: 72,19g<br>Sól: 4,99g<br>Błonnik: 33,15g     | Wartość energetyczna: 2017 kcal<br>Białko ogółem: 104,05g<br>Tłuszcz: 44,89g<br>Kw.tł.nasy.: 14,3g<br>Węglowodany ogółem: 312,77g<br>W tym cukry: 78,15g<br>Sól: 5,4g<br>Błonnik: 21,3g                                      | Wartość energetyczna: 01932kcal<br>Białko ogółem: 94,54g<br>Tłuszcz: 51,17g<br>Kw.tł.nasy.: 17,19g<br>Węglowodany ogółem: 285,81g<br>W tym cukry: 55,4g<br>Sól: 5,38g<br>Błonnik: 17,4g                                                          |

| NIEDZIELA –06.07.2025 |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                           |
|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                       | Dieta bezglutenowa                                                                                                                                                                              | Dieta płynna do sondy                                                                                                                                                                      | Dieta płynna – kleikowa                                                                                                                                                               | Dieta płynna (kolonoskopia) buliony                                                                                                                                       |
| ŚNIADANIE             | Chleb bezglutenowy 100g (JAJ)<br>masło extra 15g (MLE)<br>połędwica z indyka 40g (SOJ, MLE)<br>ser żółty 30 g (MLE)<br>sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g<br>Herbata czarna 250ml                 | Płynna mleczna 500g (MLE)                                                                                                                                                                  | Kleik ryżowy 400g (MLE)<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                    | Bulion rosółowy 400ml (SEL)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                                       |
| II ŚNIADANIE          | Winogrona 50g                                                                                                                                                                                   | Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU JĘCZ)                                                                                                                                                    | Herbata czarna 250ml<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)                                                                                                                               |                                                                                                                                                                           |
| OBIAD                 | Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (SEL)<br>Ziemniaki gotowane 150g<br>Roladka z kurczaka pieczona 130 g<br>Surówka z marchewki i selera 100 g(SEL)<br>Buraczki tarte 100g<br>kompot 250ml           | Płynna mleczna 500g (MLE)                                                                                                                                                                  | Kleik ryżowy 400g (MLE)<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                    | Bulion rosółowy 400ml (SEL)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                                       |
| KOLACJA               | Chleb bezglutenowy 100g (JAJ)<br>Margaryna 10g<br>pasta z sera białego i pomidora 70g (MLE)<br>paprykarz 50g (RYB, SEL)<br>ogórek kiszony 50g<br>herbata czarna 250ml                           | Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU PSZ)                                                                                                                                                     | Kleik ryżowy 400g (MLE)<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                    | Bulion rosółowy 400ml (SEL)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                                       |
| POŻNA KOLACJA         | Serek wiejski 1 szt.                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                            | Herbata czarna 250ml<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)                                                                                                                               |                                                                                                                                                                           |
|                       | Wartość energetyczna: 2026 kcal<br>Białko ogółem: 87.43 g<br>Tłuszcz: 78.04 g<br>Kw.tł.nasy.: 25.34 g<br>Węglowodany ogółem: 256.5 g<br>W tym cukry: 52.93 g<br>Sól: 4.02 g<br>Błonnik: 27.51 g | Wartość energetyczna: 1974 kcal<br>Białko ogółem: 89,45g<br>Tłuszcz: 73,48g<br>Kw.tł.nasy.: 23,49g<br>Węglowodany ogółem: 249,11g<br>W tym cukry: 123,54g<br>Sól: 1,69g<br>Błonnik: 16,65g | Wartość energetyczna: 1462 kcal<br>Białko ogółem: 32,4 g<br>Tłuszcz: 12,65g<br>Kw.tł.nasy.: 2,06g<br>Węglowodany ogółem: 303,95g<br>W tym cukry: 6,3g<br>Sól: 0,47g<br>Błonnik: 2,3 g | Wartość energetyczna: 60kcal<br>Białko ogółem: 5,43g<br>Tłuszcz: 1,44g<br>Kw.tł.nasy.: 0,36g<br>Węglowodany ogółem: 7,44g<br>W tym cukry: 0g<br>Sól: 0,21g<br>Błonnik: 0g |

| PONIEDZIAŁEK – 07.07.2025 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                           | Dieta podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Dieta łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                 | Dieta łatwostrawna z ograniczeniemtłuszczu                                                                                                                                                                                                                                        | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnychwęglowodanów                                                                                                                                                                                               | Dieta bogatoresztkowa                                                                                                                                                                                                                             | Dieta podstawowa – dzieci                                                                                                                                                                                                    |
| ŚNIADANIE                 | Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ))<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU, PSZ, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>chleb mieszany 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE)<br>chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka drobiowa 40g (SOJ, MLE)<br>ser żółty 30g(MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>Papryka czerwona 60g | Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ))<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>weka pszenna (GLU PSZ) 100g<br>szynka drobiowa 40g (SOJ, MLE)<br>serek śmietankowy Almette 40g(MLE)<br>Sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ))<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>weka pszenna (GLU PSZ) 100g<br>połędwica z indyka 40g (SOJ, MLE)<br>serek śmietankowy Almette 40g (MLE)<br>Sałata lodowa 20g<br>pomidor bez skórki 60g | Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ))<br>owsianka górską 350ml (GLU OW)<br>masło extra 15g(MLE)<br>chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka drobiowa 40g (SOJ, MLE)<br>ser żółty 30g (MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>papryka czerwona 50g | Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ))<br>owsianka górską 350ml (GLU OWS, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka drobiowa 40g (SOJ, MLE)<br>ser żółty 20g (MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml (MLE)<br>owsianka górską 350ml (GLU OW, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>bułka pszenna 50g (GLU PSZ)<br>szynka drobiowa 40g (SOJ, MLE)<br>ser żółty 30g(MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>papryka czerwona 50g |
| II ŚNIADANIE              | Pomarańcza ½ szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Jabłko gotowane 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                             | Jabłko gotowane 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                                            | Grejpfrut ½ szt.                                                                                                                                                                                                                                     | Grejpfrut ½ szt.                                                                                                                                                                                                                                  | Pomarańcza ½ szt.                                                                                                                                                                                                            |
| OBIAD                     | Rosół z makaronem 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>Filet z kurczaka smażony bez tłuszczu 120g<br>surówka z buraka 100g<br>surówka z selera i jabłka 100g (SEL)<br>kompot 250ml                                                                                                               | Rosół z makaronem 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>filet z kurczaka na parze 120g<br>surówka z buraków i jabłka 100g<br>sałata zielona ze śmietaną (MLE) 100g<br>kompot 250ml                                                               | Zupa grysikowa 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>filet z kurczaka na parze 120g<br>surówka z buraka i jabłka 150g<br>kompot 250ml                                                                                                                           | Rosół z makaronem razowym 350ml (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, MLE, SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>filet z kurczaka na parze 150g<br>surówka z buraków i jabłka 100g<br>surówka z selera i jabłka 100g (SEL)<br>kompot 250ml               | Rosół z makaronem razowym 350ml (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, MLE, SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>filet z kurczaka na parze 150g<br>surówka z selera i jabłka 100g (SEL)<br>kompot 250ml                                               | Rosół z makaronem 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>Filet z kurczaka smażony 150g<br>surówka z buraka 100g<br>surówka z selera i jabłka 100g (SEL)<br>kompot 250ml                                     |
| KOLACJA                   | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>chleb pszenny 50g (GLU PSZ)<br>chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>pasta z białego sera i szczypioru 70g(MLE)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>Sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g                                                                                        | Herbata czarna 250ml<br>owsianka górską 350ml (GLU OW, MLE)<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>pasta z białego sera (MLE) 70g<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g                                             | Herbata czarna 250ml<br>owsianka górską 350ml (GLU OW, MLE)<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>pasta z białego sera (MLE) 70g<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor bez skóry 60g                                                  | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>pasta z białego sera 70g (MLE)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g                                                              | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>pasta z białego sera 70g (MLE)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g                                                           | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>bułka pszenna 50g (GLU PSZ)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>pasta z białego sera 70g (MLE)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g                                              |
| PÓŹNA KOLACJA             | Jogurt naturalny 1 szt.(MLE)                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Jogurt naturalny 1 szt.(MLE)                                                                                                                                                                                                                                       | Jogurt naturalny 1 szt.(MLE)                                                                                                                                                                                                                                                      | Kanapka nocna (GLU PSZ, MLE)                                                                                                                                                                                                                         | Jogurt naturalny 1 szt.(MLE)                                                                                                                                                                                                                      | Mus jabłkowy 1 szt.<br>biszkopty maślane 20g (GLU PSZ, JAJ, MLE)                                                                                                                                                             |
|                           | Wartość energetyczna: 2226 kcal<br>Białko ogółem: 135,53 g<br>Tłuszcz: 73,61 g<br>Kw.tł.nasy.: 28,53g<br>Węglowodany ogółem: 282,14 g<br>w tym cukry: 66,88g<br>Sól: 5,06 g<br>Błonnik: 31,06g                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2242 kcal<br>Białko ogółem: 110 g<br>Tłuszcz: 60,5 g<br>Kw.tł.nasy.: 22,4g<br>Węglowodany ogółem: 327,22 g<br>w tym cukry: 92,16g<br>Sól: 4,67 g<br>Błonnik: 24,34g                                                                          | Wartość energetyczna: 1939 kcal<br>Białko ogółem: 111,14 g<br>Tłuszcz: 39,65 g<br>Kw.tł.nasy.: 16,44g<br>Węglowodany ogółem: 295,39 g<br>w tym cukry: 60,44g<br>Sól: 5,46g<br>Błonnik: 18,18g                                                                                     | Wartość energetyczna: 2132 kcal<br>Białko ogółem: 116,70g<br>Tłuszcz: 67,98 g<br>Kw.tł.nasy.: 37,5g<br>Węglowodany ogółem: 282,50 g<br>w tym cukry: 55,83g<br>Sól: 5,25 g<br>Błonnik: 42,55g                                                         | Wartość energetyczna 1983 kcal<br>Białko ogółem: 105,93 g<br>Tłuszcz: 57,64 g<br>Kw.tł.nasy.: 26,43g<br>Węglowodany ogółem: 275,53 g<br>w tym cukry: 54,35g<br>Sól: 4,30 g<br>Błonnik: 36,47g                                                     | Wartość energetyczna: 2172 kcal<br>Białko ogółem: 102,12g<br>Tłuszcz: 56,63 g<br>Kw.tł.nasy.: 30,18g<br>Węglowodany ogółem: 303,05 g<br>w tym cukry: 58,96g<br>Sól: 4,19 g<br>Błonnik: 23,09g                                |



| PONIEDZIAŁEK – 07.07.2025 |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                           | Dieta podstawowa - kobiety ciężarne                                                                                                                                                                                                                              | Kobieta karmiąca                                                                                                                                                                                                                        | Dieta wysokobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                | Dieta niskobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                               | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i tłuszczu                                                                                                                                       | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                                                                                                                         |
| ŚNIADANIE                 | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ))<br>masło extra 15g(MLE)<br>chleb mieszany pszenny 100g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka drobiowa 40g (SOJ, MLE)<br>ser żółty 30g(MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>papryka czerwona 50g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ))<br>masło extra 15g(MLE)<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>szynka drobiowa 40g (SOJ, MLE)<br>ser żółty 30g(MLE)<br>Sałata lodowa 20g<br>papryka czerwona 50g                                  | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ))<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>szynka drobiowa 40g (SOJ, MLE)<br>ser żółty 30g (MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ))<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>bułka pszenna 120g(GLU PSZ)<br>szynka drobiowa 40g (SOJ, MLE)<br>serek śmietankowy Almette 30g (MLE)<br>Sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ))<br>margaryna 10g<br>bułka pszenna 120g(GLU PSZ)<br>szynka drobiowa 40g (SOJ, MLE)<br>serek śmietankowy Almette 30g (MLE)<br>Sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ))<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g (MLE)<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ)<br>połędwica z indyka 40g (SOJ, MLE)<br>serek śmietankowy Almette 30g (MLE)<br>Sałata lodowa 20g<br>pomidor bez skórki 60g |
| II ŚNIADANIE              | Pomarańcza ½ szt.<br>biszkopty maślane 20g (GLU PSZ, JAJ, MLE)                                                                                                                                                                                                   | Pomarańcza ½ szt.<br>biszkopty maślane 20g (GLU PSZ, JAJ, MLE)                                                                                                                                                                          | Pomarańcza ½ szt.                                                                                                                                                                                                                                   | Jabłko gotowane 1szt.                                                                                                                                                                                                                                             | Jabłko gotowane 1szt                                                                                                                                                                                     | Jabłko gotowane 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                            |
| OBIAD                     | Rosół z makaronem 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>Filet z kurczaka smażony 150g<br>surówka z buraka 100g<br>surówka z selera i jabłka 100g(SEL)<br>kompot 250ml                                                                           | Rosół z makaronem 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>filet z kurczaka na parze z warzywami 150g(SEL)<br>sałatka z buraczków i jabłka 150g (SEL)<br>kompot 250ml                                                     | Rosół z makaronem 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>Filet z kurczaka na parze 150g<br>surówka z buraka 100g<br>surówka z selera i jabłka 100g(SEL)<br>kompot 250ml                                                             | Rosół z makaronem 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>filet z kurczaka na parze 120g<br>surówka z buraków i jabłka 150g<br>kompot 250ml                                                                                                        | Rosół z makaronem 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>filet z kurczaka na parze 120g<br>surówka z buraków i jabłka 150g<br>kompot 250ml                                               | Zupa grysikowa 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>filet z kurczaka na parze 120g<br>buraczki 100g<br>kompot 250ml                                                                                                                                            |
| KOLACJA                   | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>chleb mieszany pszenny 100g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>pasta z białego sera i szczypiorku 70g (MLE)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>Sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g                                                        | Herbata czarna 250ml<br>owsianka górską 200ml<br>margaryna 10g<br>chleb pszenny 50g(GLU PSZ)<br>chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>pasta z białego sera 70g (MLE)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g (GLU PSZ, MLE)<br>pasta z białego sera 70g (MLE)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g                                                                      | Herbata czarna 250ml<br>owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE)<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>dżem brzoskwiniowy , niskosłodzony 25g<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g                                      | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>pasta z białego sera i szczypiorku 70g (MLE)<br>szynka z piersi kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g      | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>pasta z białego sera 70g(MLE)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor bez skórki 60g                                                                                         |
| PÓŹNA KOLACJA             | Mus jabłkowy 1 szt.<br>wafle ryżowe 40g                                                                                                                                                                                                                          | Mus jabłkowy 1 szt.<br>wafle ryżowe 40g                                                                                                                                                                                                 | Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                                       | Biszkopty maślane 20g(GLU PSZ, JAJ, MLE)                                                                                                                                                                                                                          | Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                            | Serek homogenizowany 1 szt.(MLE)<br>Sucharki 40g GLU PSZ)                                                                                                                                                                                                                        |
|                           | Wartość energetyczna: 2685 kcal<br>Białko ogółem: 106,86 g<br>Tłuszcz: 76,57 g<br>Kw.tł.nasy.:29,49g<br>Węglowodany ogółem: 302,28 g<br>W tym cukry: 72,88g<br>Sól: 5,4 g<br>Błonnik:32,43g                                                                      | Wartość energetyczna: 2507 kcal<br>Białko ogółem: 124,16 g<br>Tłuszcz: 67,57 g<br>Kw.tł.nasy.:29,14g<br>Węglowodany ogółem: 361,44 g<br>W tym cukry:59,36g<br>Sól: 4,63 g<br>Błonnik:23,27g                                             | Wartość energetyczna: 2032 kcal<br>Białko ogółem: 111,30 g<br>Tłuszcz: 70,30 g<br>Kw.tł.nasy.: 28,15g<br>Węglowodany ogółem:251,82g<br>W tym cukry:62,84g<br>Sól: 4,50 g<br>Błonnik:29,23g                                                          | Wartość energetyczna: 2091 kcal<br>Białko ogółem: 77,02 g<br>Tłuszcz: 60,15 g<br>Kw.tł.nasy.:22,29g<br>Węglowodany ogółem:322,77g<br>W tym cukry:66,85g<br>Sól: 3,14 g<br>Błonnik:20,91g                                                                          | Wartość energetyczna: 1982 kcal<br>Białko ogółem: 100,59g<br>Tłuszcz: 39,66 g<br>Kw.tł.nasy.:13,02g<br>Węglowodany ogółem:315,16g<br>W tym cukry:87,28g<br>Sól: 4,23 g<br>Błonnik:28,16g                 | Wartość energetyczna: 2020 kcal<br>Białko ogółem: 97,69g<br>Tłuszcz: 48,2g<br>Kw.tł.nasy.:26,01g<br>Węglowodany ogółem:310,06g<br>W tym cukry:50,52g<br>Sól: 4,06 g<br>Błonnik:11,18g                                                                                            |

| PONIEDZIAŁEK – 07.07.2025 |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                           |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                           | Dieta bezglutenowa                                                                                                                                                                                | Dieta płynna do sondy                                                                                                                                                                      | Dieta płynna – kleikowa                                                                                                                                                               | Dieta płynna (kolonoskopia) buliony                                                                                                                                       |
| ŚNIADANIE                 | Chleb bezglutenowy 100g (JAJ)<br>Masło 15 g (MLE)<br>pasta z białego sera (MLE) 70g<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>pomidor 60g<br>Herbata czarna 250ml                                    | Płynna mleczna 500g (MLE)                                                                                                                                                                  | Kleik ryżowy 400g (MLE)<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                    | Bulion rosółowy 400ml (SEL)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                                       |
| II ŚNIADANIE              | Jabłko gotowane 1 szt.                                                                                                                                                                            | Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU JĘCZ)                                                                                                                                                    | Herbata czarna 250ml<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)                                                                                                                               |                                                                                                                                                                           |
| OBIAD                     | Rosół z ryżem 350ml (MLE,SEL)<br>ziemniaki gotowane 150g<br>filet z kurczaka na parze 120g<br>surówka z buraków i jabłka 100g<br>sałata zielona ze śmietaną (MLE) 100g<br>kompot 250ml            | Płynna mleczna 500g (MLE)                                                                                                                                                                  | Kleik ryżowy 400g (MLE)<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                    | Bulion rosółowy 400ml (SEL)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                                       |
| KOLACJA                   | Chleb bezglutenowy 100g (JAJ)<br>Margaryna 10g<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ,MLE)<br>pasta z białego sera 70g (MLE)<br>Sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g<br>Herbata czarna 250ml                   | Płynna mięsna 500g (SEL, GLU PSZ, SOJ)                                                                                                                                                     | Kleik ryżowy 400g (MLE)<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                    | Bulion rosółowy 400ml (SEL)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                                       |
| POŹNA KOLACJA             | Mus jabłkowy 1 szt.<br>wafle ryżowe 40g                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                            | Herbata czarna 250ml<br>Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)                                                                                                                               |                                                                                                                                                                           |
|                           | Wartość energetyczna: 2100 kcal<br>Białko ogółem: 105.27 g<br>Tłuszcz: 62.09 g<br>Kw.tł.nasy.: 15.46 g<br>Węglowodany ogółem: 290.93 g<br>W tym cukry: 40.55 g<br>Sól: 3.43 g<br>Błonnik: 25.14 g | Wartość energetyczna: 1974 kcal<br>Białko ogółem: 89,45g<br>Tłuszcz: 73,48g<br>Kw.tł.nasy.: 23,49g<br>Węglowodany ogółem: 249,11g<br>W tym cukry: 123,54g<br>Sól: 1,69g<br>Błonnik: 16,65g | Wartość energetyczna: 1462 kcal<br>Białko ogółem: 32,4 g<br>Tłuszcz: 12,65g<br>Kw.tł.nasy.: 2,06g<br>Węglowodany ogółem: 303,95g<br>W tym cukry: 6,3g<br>Sól: 0,47g<br>Błonnik: 2,3 g | Wartość energetyczna: 60kcal<br>Białko ogółem: 5,43g<br>Tłuszcz: 1,44g<br>Kw.tł.nasy.: 0,36g<br>Węglowodany ogółem: 7,44g<br>W tym cukry: 0g<br>Sól: 0,21g<br>Błonnik: 0g |

| WTOREK – 08.07.2025 |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     | Dieta podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                          | Dieta łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                           | Dieta łatwostrawna z ograniczeniemtłuszczu                                                                                                                                                                                        | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnychwęglowodanów                                                                                                                                                                                      | Dieta bogatoresztkowa                                                                                                                                                                                   | Dieta podstawowa - dzieci                                                                                                                                                                                          |
| ŚNIADANIE           | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>chleb mieszany 60g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>mielonka 40g (SOJ, MLE)<br>ser topiony 25g(MLE)<br>Sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>ser twarogowy 70g(MLE)<br>szynka parzona 40g (SOJ)<br>Sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>margaryna 10g (MLE)<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>szynka parzona 40g (SOJ)<br>ser twarogowy 70g(MLE)<br>Sałata lodowa 20g<br>pomidor bez skóry 60g                               | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>owsianka górską 200ml(GLU OW, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>ser twarogowy 70g(MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka wieprzowa 40g (SOJ)<br>ser twarogowy 70g(MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g   | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>bułka pszenna 50g(GLU PSZ)<br>mielonka 40g (SOJ, MLE)<br>ser topiony 25g(MLE)<br>Sałata lodowa 20g<br>pomidor 60g                            |
| II ŚNIADANIE        | Jabłko 1szt                                                                                                                                                                                                                                                                               | Jabłko pieczone 1szt                                                                                                                                                                                                                         | Jabłko pieczone 1szt.                                                                                                                                                                                                             | Jabłko 1szt.                                                                                                                                                                                                                                | Jabłko 1szt.                                                                                                                                                                                            | Jabłko 1szt<br>wafelek czekoladowy 40g (GLU)                                                                                                                                                                       |
| OBIAD               | Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL)<br>kasza jęczmienna 80 g(GLU JĘCZ)<br>schab duszony 130g<br>surówka z białej kapusty 100g<br>surówka z marchwi, selera i jabłka 100g (SEL)<br>kompot 250ml                                                                          | Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL)<br>ryż biały 80 g<br>schab duszony 130g<br>surówka z marchwi i selera 150g(SEL)<br>kompot 250ml                                                                                       | Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL)<br>ryż biały 80g<br>roladka z kurczaka 130g<br>sałatka z marchwi i selera 150g(SEL)<br>kompot 250ml                                                                         | Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL)<br>kasza jęczmienna 80 g<br>schab duszony 120g<br>surówka z białej kapusty 100g<br>surówka z marchwi i selera 100g(SEL)<br>kompot 250ml                                              | Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL)<br>kasza jęczmienna 80 g(GLU JĘCZ)<br>schab duszony 130g<br>surówka z białej kapusty 100g<br>surówka z marchwi i selera 100g(SEL)<br>kompot 250ml | Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL)<br>kasza jęczmienna 80 g(GLU JĘCZ)<br>schab duszony 130g<br>surówka z białej kapusty 100g<br>surówka z marchwi i selera 100g(SEL)<br>kompot 250ml            |
| KOLACJA             | Herbata czarna 250ml<br>owsianka górską 200ml(GLU PSZ, MLE)<br>margaryna 10g<br>chleb pszenny 50g(GLU PSZ)<br>chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>dżem brzoskwiowy 25g<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>sałata masłowa 20g<br>ogórek zielony 60g                                  | Herbata czarna 250ml<br>owsianka górską 200ml(GLU PSZ, MLE)<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>dżem truskawkowy 25g<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g                                  | Herbata czarna 250ml<br>zupa mleczna z kaszą manną 200ml (GLU PSZ, MLE)<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>dżem truskawkowy 25g<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor bez skóry 60g | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka parzona 40g (SOJ)<br>jajko 50g(JAJ)<br>sałata masłowa 20g<br>ogórek zielony 60g                                                                       | Herbata czarna 250ml<br>owsianka górską(GLU PSZ, MLE)<br>margaryna 10g<br>chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>szynka parzona 40g (SOJ)<br>jajko 50g(JAJ)<br>sałata masłowa 20g<br>ogórek zielony 60g  | Herbata czarna 250ml<br>owsianka górską 200ml(GLU PSZ, MLE)<br>margaryna 10g<br>bułka pszenna 50g(GLU PSZ)<br>dżem brzoskwiowy 25g<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>ogórek zielony 60g |
| PÓŹNA KOLACJA       | Jogurt naturalny z owocowym musli 1 szt.(MLW, GLU OW)                                                                                                                                                                                                                                     | Serek homogenizowany 1 szt.(MLE)                                                                                                                                                                                                             | Jogurt naturalny 1 szt.(MLE)                                                                                                                                                                                                      | Jogurt naturalny 1 szt.(MLE)                                                                                                                                                                                                                | Jogurt naturalny 1 szt.(MLE)                                                                                                                                                                            | Serek homogenizowany truskawkowy 1 szt.(MLE)                                                                                                                                                                       |
|                     | Wartość energetyczna: 2248 kcal<br>Białko ogółem: 113,04 g<br>Tłuszcz : 66.74 g<br>Kw.tł.nasy.: 28.49g<br>Węglowodany ogółem: 313,55 g<br>W tym cukry: 96.21g<br>Sól: 5.84 g<br>Błonnik: 33,87g                                                                                           | Energia: 2293 kcal<br>Białko ogółem: 114,2 g<br>Tłuszcz: 62,33 g<br>Kw.tł.nasy.: 35,44g<br>Węglowodany ogółem: 329,42 g<br>W tym cukry: 83,7g<br>Sól: 4,93 g<br>Błonnik: 21,39g                                                              | Wartość energetyczna 2178 kcal<br>Białko ogółem: 101,03 g<br>Tłuszcz: 45,07 g<br>Kw.tł.nasy.: 17,29g<br>Węglowodany ogółem: 353,74 g<br>W tym cukry: 92,57g<br>Sól: 5,78 g<br>Błonnik: 23,80g                                     | Wartość energetyczna 2029 kcal<br>Białko ogółem: 117,22 g<br>Tłuszcz: 63,43 g<br>Kw.tł.nasy.: 28,61g<br>Węglowodany ogółem: 265,32 g<br>W tym cukry: 54,62g<br>Sól: 4,42 g<br>Błonnik: 40,89g                                               | Wartość energetyczna: 2589 kcal<br>Białko ogółem: 105,74 g<br>Tłuszcz: 68,08 g<br>Kw.tł.nasy.: 29,52g<br>Węglowodany ogółem: 408,91 g<br>W tym cukry: 69,55g<br>Sól: 4,18 g<br>Błonnik: 70,59g          | Wartość energetyczna 2160 kcal<br>Białko ogółem: 92,92 g<br>Tłuszcz: 65,65 g<br>Kw.tł.nasy.: 24,44g<br>Węglowodany ogółem: 315,21 g<br>W tym cukry: 54,39g<br>Sól: 5,61 g<br>Błonnik: 32,09g                       |

| WTOREK – 08.07.2025 |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     | Dieta podstawowa - kobiety ciężarne                                                                                                                                                                                                                    | Kobieta karmiąca                                                                                                                                                                         | Dieta wysokobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                      | Dieta niskobiałkowa                                                                                                                                                                            | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i tłuszczu                                                                                                                                                                             | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego                                                                                                                                                                 |
| ŚNIADANIE           | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>chleb mieszany 70g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>mielonka 40g (SOJ, MLE)<br>ser topiony 25g(MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g               | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>mielonka 40g (SOJ, MLE)<br>ser topiony 25g(MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>szynka z indyka 40g (SOJ, MLE)<br>ser topiony 25g(MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g         | Herbata 250ml<br>Bułka pszenna 120g(GLU PSZ)<br>masło extra 15g(MLE)<br>Mielonka 40g (SOJ, MLE)<br>Pasztet z selera 50g(SEL, JAJ, GLU PSZ)<br>Sałata masłowa 20g<br>Pomidor 60g                | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>margaryna 10g (MLE)<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>szynka parzona 40g (SOJ)<br>ser twarogowy 70g(MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>pomidor bez skóry 60g                                           | Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE)<br>masło extra 15g(MLE)<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>szynka parzona 40g (SOJ)<br>ser twarogowy 70g (MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>pomidor bez skóry 60g |
| II ŚNIADANIE        | Jabłko 1szt<br>drożdżówka z owocami 1szt.(GLU PSZ, JAJ, MLE)                                                                                                                                                                                           | Jabłko 1szt<br>drożdżówka z owocami 1szt. (GLU PSZ, JAJ, MLE)                                                                                                                            | Jabłko 1szt.                                                                                                                                                                                                                                              | Jabłko pieczone 1szt                                                                                                                                                                           | Jabłko pieczone 1szt.                                                                                                                                                                                                                          | Jabłko pieczone 1szt                                                                                                                                                                                                                                     |
| OBIAD               | Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL)<br>kasza jęczmienna 80 g(GLU JĘCZ)<br>schab duszony 130g<br>surówka z białej kapusty 100g<br>surówka z marchwi i selera 100g(SEL)<br>kompot 250ml                                                | Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL)<br>kasza jęczmienna 80 g(GLU JĘCZ)<br>schab duszony 130g<br>sałatka z buraków 150g<br>kompot 250ml                                 | Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL)<br>kasza jęczmienna 80 g(GLU JĘCZ)<br>schab duszony 130g<br>surówka z białej kapusty 100g<br>surówka z marchwi i selera 100g(SEL)<br>kompot 250ml                                                   | Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL)<br>ryż biały 80 g<br>schab duszony 130g<br>surówka z marchwi i selera 150g(SEL)<br>kompot 250ml                                          | Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL)<br>ryż biały 80g<br>roladka z kurczaka 130g<br>surówka z marchwi i selera 150g(SEL)<br>kompot 250ml                                                                                      | Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml(GLU PSZ, MLE, SEL)<br>ryż biały 80g<br>roladka z kurczaka 130g<br>marchewka gotowana 150g<br>kompot 250ml                                                                                                            |
| KOLACJA             | Herbata czarna 250ml<br>owsianka górską 350ml<br>margaryna 10g<br>chleb mieszany 60g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>dżem brzoskwiniowy 25g<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>ogórek zielony 60g | Herbata czarna 250ml<br>margaryna 10g<br>bułka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>dżem brzoskwiniowy 25g<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>ogórek zielony 60g           | Herbata czarna 250ml<br>owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE)<br>margaryna 10g<br>chleb pszenny 50g(GLU PSZ)<br>chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>dżem brzoskwiniowy 25g<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>Sałata masłowa 20g<br>Ogórek zielony 60g | Herbata czarna 250ml<br>Owsianka górską 350ml(GLU OWS, MLE)<br>Weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>Margaryna 10g<br>Miód 25g<br>Szynka parzona 40g (SOJ)<br>Sałata masłowa 20g<br>Ogórek zielony 60g | Herbata czarna 250ml<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE)<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>pasta z białek jaj 70g (JAJ, MLE)<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor bez skóry 60g | Herbata czarna 250ml<br>zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE)<br>margaryna 10g<br>weka pszenna 100g(GLU PSZ)<br>szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE)<br>dżem truskawkowy 25g<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor bez skóry 60g                        |
| PÓŻNA KOLACJA       | Jogurt naturalny z owocowym musli 1szt.(MLE, GLU OW)                                                                                                                                                                                                   | Jogurt naturalny z owocowym musli 1szt.(MLE, GLU OW)                                                                                                                                     | Jogurt naturalny z owocowym musli 1szt.(MLE, GLU OW)                                                                                                                                                                                                      | Serek homogenizowany 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                              | Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                                  | Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                                                                                            |
|                     | Energia: 2516 kcal<br>Białko ogółem: 102.69 g<br>Tłuszcz: 60.32 g<br>Kw.tł.nasy.: 29.49g<br>Węglowodany ogółem: 406.39 g<br>W tym cukry: 77.91g<br>Sól: 6,08 g<br>Błonnik: 38.24g                                                                      | Energia: 2625 kcal<br>Białko ogółem: 118.41 g<br>Tłuszcz: 62.42 g<br>Kw.tł.nasy.: 26,1g<br>Węglowodany ogółem: 414.18 g<br>W tym cukry: 92,05g<br>Sól: 8,51 g<br>Błonnik: 38.25g         | Energia: 2196 kcal<br>Białko ogółem: 112.42 g<br>Tłuszcz: 63.42 g<br>Kw.tł.nasy.: 26.53g<br>Węglowodany ogółem: 311.97 g<br>W tym cukry: 95.09g<br>Sól: 5.82 g<br>Błonnik: 40.79g                                                                         | Energia: 1991 kcal<br>Białko ogółem: 78,5 g<br>Tłuszcz: 60,45g<br>Kw.tł.nasy.: 32.09g<br>Węglowodany ogółem: 295,86g<br>W tym cukry: 81.47g<br>Sól: 4,76g<br>Błonnik: 23,46g                   | Energia: 2073 kcal<br>Białko ogółem: 88,58 g<br>Tłuszcz: 47,06g<br>Kw.tł.nasy.: 17.26g<br>Węglowodany ogółem: 334,89g<br>W tym cukry: 85,61g<br>Sól: 5,25g<br>Błonnik: 22,13g                                                                  | Energia: 1916 kcal<br>Białko ogółem: 82,13 g<br>Tłuszcz: 45,31 g<br>Kw.tł.nasy.: 14,37 g<br>Węglowodany ogółem: 304,99 g<br>W tym cukry: 80,3g<br>Sól: 5,04 g<br>Błonnik: 20g                                                                            |

| WTOREK – 08.07.2025 |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                           |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     | Dieta bezglutenowa                                                                                                                                                                   | Dieta płynna do sondy                                                                                                                                                                      | Dieta płynna - kleikowa                                                                                                                                                               | Dieta płynna (kolonoskopia) buliony                                                                                                                                       |
| ŚNIADANIE           | Chleb bezglutenowy 100g (JAJ)<br>Masło 15g (MLE)<br>ser twarogowy 70g(MLE)<br>szynka parzona 40g (SOJ)<br>Sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g<br>Herbata czarna 250ml                  | Płynna mleczna 500g (MLE)                                                                                                                                                                  | Kleik ryżowy 400g (MLE)<br>Suchary 30g (GLU PSZE, SOJ, MLE)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                   | Bulion rosółowy 400ml (SEL)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                                       |
| II ŚNIADANIE        | Jabłko pieczone 1 szt.                                                                                                                                                               | Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU JEĆZ)                                                                                                                                                    | Herbata czarna 250ml<br>Suchary 30g (GLU PSZE, SOJ, MLE)                                                                                                                              |                                                                                                                                                                           |
| OBIAD               | Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (MLE,SEL)<br>ryż biały 80 g<br>schab duszony 130g<br>surówka z marchwi i selera 150g( SEL)<br>kompot 250ml                                        | Płynna mleczna 500g (MLE)                                                                                                                                                                  | Herbata czarna 250ml<br>Suchary 30g (GLU PSZE, SOJ, MLE)<br>Kleik z kaszy manny na mleku 250ml (MLE, GLU PSZE)                                                                        | Bulion rosółowy 400ml (SEL)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                                       |
| KOLACJA             | Chleb bezglutenowy 100g (JAJ)<br>Margaryna 10g<br>szynka z kurczaka 40g(SOJ, MLE)<br>dżem truskawkowy 25g<br>sałata masłowa 20g<br>pomidor 60g<br>Herbata czarna 250ml               | Płynna mięsna 500g (SEL, GLU PSZ, SOJ)                                                                                                                                                     | Herbata czarna 250ml<br>Suchary 30g (GLU PSZE, SOJ, MLE)<br>Kleik ryżowy 400g (MLE)                                                                                                   | Bulion rosółowy 400ml (SEL)<br>Herbata czarna 250ml                                                                                                                       |
| PÓŹNA KOLACJA       | Serek homogenizowany 1 szt. (MLE)                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                            | Herbata czarna 250ml<br>Suchary 30g (GLU PSZE, SOJ, MLE)                                                                                                                              |                                                                                                                                                                           |
|                     | Wartość odżywcza: 1915 kcal<br>Białko ogółem: 89,3g<br>Tłuszcz: 66,86g<br>Kw.tł.nasy.: 23,92g<br>Węglowodany ogółem: 247,85g<br>W tym cukry: 62,77g<br>Błonnik: 25,15g<br>Sól: 2,12g | Wartość energetyczna: 1974 kcal<br>Białko ogółem: 89,45g<br>Tłuszcz: 73,48g<br>Kw.tł.nasy.: 23,49g<br>Węglowodany ogółem: 249,11g<br>W tym cukry: 123,54g<br>Sól: 1,69g<br>Błonnik: 16,65g | Wartość energetyczna: 1462 kcal<br>Białko ogółem: 32,4 g<br>Tłuszcz: 12,65g<br>Kw.tł.nasy.: 2,06g<br>Węglowodany ogółem: 303,95g<br>W tym cukry: 6,3g<br>Sól: 0,47g<br>Błonnik: 2,3 g | Wartość energetyczna: 60kcal<br>Białko ogółem: 5,43g<br>Tłuszcz: 1,44g<br>Kw.tł.nasy.: 0,36g<br>Węglowodany ogółem: 7,44g<br>W tym cukry: 0g<br>Sól: 0,21g<br>Błonnik: 0g |