

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	Pn	SUMA
2026-05-11 poniedziałek	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Masło extra 15 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Szynka gotowana 30 g Ser żółty 30 g (7) Sałata masłowa 10 g Papryka czerwona 40 g	Mandarynka 80 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka smażony 120 g (1, 3) Surówka z selera 100 g (3, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 100 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Pasta z jajka i sera z pietruszką 60 g (3, 7) Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 10 g Pomidor 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 218,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 117,7 Węglowodany ogółem [g] 299,7 suma cukrów prostych [g] 52,7 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 Sól [g] 5,2
	Łatwostrawna	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 10 g Pomidor 50 g Serek Almette 1 szt (7) Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Sałata zielona ze śmietaną 20 g (7) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 100 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 204 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,3 Węglowodany ogółem [g] 295 suma cukrów prostych [g] 60,2 Tłuszcz [g] 68,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,5 Sól [g] 4,2
	Bogatoresztkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 80 g (1) Szynka gotowana 30 g Ser żółty 30 g (7) Sałata masłowa 10 g Pomidor 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Surówka z selera 100 g (3, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 150 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 80 g (1) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 10 g Pomidor 50 g	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 976,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,6 Węglowodany ogółem [g] 256,7 suma cukrów prostych [g] 82,5 Tłuszcz [g] 63,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 Sól [g] 4,1

2026-05-11 poniedziałek	Bogatobiałkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 10 g Pomidor 50 g Serek wiejski 200 g (7)	Budyń waniliowy b/c 150 ml (7)	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Surówka z selera 100 g (3, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 100 g	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Połędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 10 g Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 185,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127 Węglowodany ogółem [g] 271 suma cukrów prostych [g] 58,2 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 19,1 Sól [g] 6,1
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Serek Almette 1 szt (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Połędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Serek homogenizowany naturalny 120 g (7) Suchary 20 g (1)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 197,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,8 Węglowodany ogółem [g] 269,5 suma cukrów prostych [g] 45 Tłuszcz [g] 78,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,4 Sól [g] 4,4
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 10 g Serek Almette 1 szt (7) Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Buraczki na ciepło 150 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Pasta z białek 70 g (3, 7) Połędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 10 g	serek homogenizowany wanilia 130 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 247,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,8 Węglowodany ogółem [g] 284,5 suma cukrów prostych [g] 54,2 Tłuszcz [g] 75,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 Błonnik pokarmowy [g] 19,7 Sól [g] 5,2
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 80 g (1) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 10 g Papryka czerwona 40 g Ser żółty 30 g (7) Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Surówka z selera 100 g (3, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 100 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 80 g (1) Połędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 10 g Pomidor 50 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Kanapka nocna 130 g (1, 7)		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 016,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,4 Węglowodany ogółem [g] 236,1 suma cukrów prostych [g] 53,7 Tłuszcz [g] 74,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Sól [g] 4,8

2026-05-11 poniedziałek	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowod. i tłuszczu	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Serek Almette 1 szt (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Grysikowa 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Buraczki na ciepło 150 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Pasta z białek 70 g (3, 7) Połędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 134,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 106 Węglowodany ogółem [g] 291,8 suma cukrów prostych [g] 55,4 Tłuszcz [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 Błonnik pokarmowy [g] 18,6 Sól [g] 4,4
	Dieta biegunkowa	Bułka weka 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Szynka gotowana 30 g	Banan 150 g Kisiel o smaku malinowym 150 g	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml (1, 7, 9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Herbata b/c 250 ml Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Wafle ryżowe 2 szt Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Kleik ryżowy 300 ml	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 974,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 78,4 Węglowodany ogółem [g] 325,3 suma cukrów prostych [g] 62,7 Tłuszcz [g] 43,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,1 Sól [g] 3,5
	Niskobiałkowa	Herbata z/c 250 ml Masło extra 15 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 10 g Pomidor 50 g Serek Almette 1 szt (7)	Jabłko 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 150 g	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Dżem 25 g Połędwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Kleik ryżowy 300 ml	Biszkopty b/c (1, 3) 40 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 135,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 86,4 Węglowodany ogółem [g] 339,2 suma cukrów prostych [g] 69,4 Tłuszcz [g] 50,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 Sól [g] 1,8
	Kleikowa	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g (1) Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g (1) Herbata b/c 250 ml	Kleik ryżowy 400 ml Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 172,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 14,1 Węglowodany ogółem [g] 251,3 suma cukrów prostych [g] 0,3 Tłuszcz [g] 7,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3 Błonnik pokarmowy [g] 10,3 Sól [g] 1,3

2026-05-11 poniedziałek	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynch 150 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Warzywa duszone 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Buraczki na ciepło 150 g	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Połędwica Sopocka 30 g Szynka gotowana 30 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 881,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 85,1 Węglowodany ogółem [g] 280,9 suma cukrów prostych [g] 70,1 Tłuszcz [g] 51 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 Sól [g] 4,2
	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Masło extra 15 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Mielonka drobiowa 30 g Ser topiony 17,5 g (7) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Mandarynka 80 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udziec z kurczaka 150 g (1, 3) Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g (3, 7, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Dżem 25 g Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 327 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 95,7 Węglowodany ogółem [g] 315,5 suma cukrów prostych [g] 73,3 Tłuszcz [g] 82,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Sól [g] 5,3
	Łatwostrawna	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Ser biały 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Schab duszony 100 g (1) Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g (3, 7, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 241,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 104 Węglowodany ogółem [g] 317 suma cukrów prostych [g] 69 Tłuszcz [g] 66,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Błonnik pokarmowy [g] 21,6 Sól [g] 4,2
	Bogatoreszkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 80 g (1) Połędwica Sopocka 30 g Ser biały 60 g (7) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Kasza jęczmienna 150 g (1) Schab duszony 100 g (1) Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g (3, 7, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 80 g (1) Jajko 50 g (3) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 50 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7)	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 215,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 109,5 Węglowodany ogółem [g] 301,4 suma cukrów prostych [g] 62,5 Tłuszcz [g] 70,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 Sól [g] 3,7

2026-05-12 wtorek	Bogatobiałkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb pszenny 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Ser topiony 17,5 g (7) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Schab duszony 100 g (1) Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g (3, 7, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Dżem 25 g Połudwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 902,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,4 Węglowodany ogółem [g] 257,9 suma cukrów prostych [g] 54,6 Tłuszcz [g] 63,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 Sól [g] 4,5
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żol	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Ser biały 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 119,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,8 Węglowodany ogółem [g] 297 suma cukrów prostych [g] 64,5 Tłuszcz [g] 66,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,9 Sól [g] 4,4
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Ser biały 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Schab duszony 100 g (1) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos jarzynowy 100 ml (1, 7, 9)	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7)	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 306,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107 Węglowodany ogółem [g] 330,9 suma cukrów prostych [g] 69,7 Tłuszcz [g] 66,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,5 Sól [g] 4,3
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 80 g (1) Szynka gotowana 30 g Ser biały 60 g (7) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Schab duszony 100 g (1) Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g (3, 7, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 80 g (1) Jajko 50 g (3) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 029,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,3 Węglowodany ogółem [g] 247,4 suma cukrów prostych [g] 63,7 Tłuszcz [g] 75,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Sól [g] 3,7

2026-05-12 wtorek	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowod. i tłuszczu	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Ser biały 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Salata zielona 10 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Schab duszony 100 g (1) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Salata zielona 10 g Pasta z białek (3, 7)	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 242,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 113,5 Węglowodany ogółem [g] 297,4 suma cukrów prostych [g] 53,6 Tłuszcz [g] 70,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Błonnik pokarmowy [g] 18,8 Sól [g] 4,4
	Dieta biegunkowa	Bułka weka 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Szynka gotowana 30 g Kleik ryżowy 300 ml	Suchary 20 g (1) Kisiel o smaku malinowym 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Ryż z jabłkami 200 g Herbata b/c 250 ml	Kisiel b/c 150 ml Bułka weka 100 g (1) Polędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 887,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 45,1 Węglowodany ogółem [g] 357,6 suma cukrów prostych [g] 49,6 Tłuszcz [g] 32,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 Błonnik pokarmowy [g] 18,1 Sól [g] 3,1
	Niskobiałkowa	Herbata b/c 250 ml Masło extra 15 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Polędwica Sopocka 30 g Salata masłowa 10 g Pomidor 50 g Dżem 25 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Schab duszony 100 g (1) Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g (3, 7, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Szynka gotowana 30 g Miód 25 g Salata zielona 10 g Ogórek świeży 50 g	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 080,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 81,6 Węglowodany ogółem [g] 325,4 suma cukrów prostych [g] 73,1 Tłuszcz [g] 55,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 Sól [g] 1,8
	Kleikowa	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g (1) Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Suchary 20 g (1) Herbata b/c 250 ml	Kleik ryżowy 400 ml Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 185,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 19,8 Węglowodany ogółem [g] 239,2 suma cukrów prostych [g] 10 Tłuszcz [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 9,7 Sól [g] 1,5

2026-05-12 wtorek	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g Kisiel b/c 150 ml	Zupa Grysikowa 300 ml (1, 9) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Galarełka drobiowa 100 g (9) Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 904,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,3 Węglowodany ogółem [g] 292,3 suma cukrów prostych [g] 64,6 Tłuszcz [g] 50,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,9 Sól [g] 3,9
	Podstawowa	Chleb pszenny 40 g (1) Masło extra 15 g (7) Sałatka jarzynowa 150 g (3, 9) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Sałata masłowa 20 g Połudwica Sopocka 30 g Chleb graham 80 g (1)	Banan 150 g	Zupa Barszcz ukraiński 300 ml (9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Ziemniaki 250 g (7) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z kiszanej kapusty 100 g Surówka z marchewki i jabłka 100 g	Chleb pszenny 40 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Dżem 25 g Pasta z sera białego i szczypiorku 60 g (7) Sałata masłowa 20 g Chleb graham 80 g (1) Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 295,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,3 Węglowodany ogółem [g] 337,5 suma cukrów prostych [g] 87,7 Tłuszcz [g] 68,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Błonnik pokarmowy [g] 44,5 Sól [g] 5,1
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Sałatka jarzynowa 150 g (3, 9) Połudwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Bukiet warzyw 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Ziemniaki 250 g (7)	Pomidor 50 g Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 101,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 301,4 suma cukrów prostych [g] 69,7 Tłuszcz [g] 65,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Błonnik pokarmowy [g] 28 Sól [g] 3,8
	Bogatoresztkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 80 g (1) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Sałatka jarzynowa [Por] x 150 g (3, 9) Połudwica Sopocka 30 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g (3, 7, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Połudwica Sopocka 30 g Twarożek z rzodkiewką 60 g (7) Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 80 g (1) Jajko 50 g (3) Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 022,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 251,8 suma cukrów prostych [g] 66,1 Tłuszcz [g] 74,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Sól [g] 3,5

2026-05-13 środa	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Połudwica Sopocka 30 g	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Bukiet warzyw 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Ziemniaki 250 g (7)	Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Pomidor 50 g Szynka gotowana 30 g Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 287,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,8 Węglowodany ogółem [g] 313 suma cukrów prostych [g] 61,8 Tłuszcz [g] 69,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 22 Sól [g] 4,1
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Pasta z sera białego i koperku 60 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Budyń waniliowy b/c 150 ml (7)	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Ziemniaki 250 g (7) Warzywa duszone 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7)	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 277,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,6 Węglowodany ogółem [g] 292,5 suma cukrów prostych [g] 50,9 Tłuszcz [g] 72,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,2 Sól [g] 4,4
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Ser biały 60 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Ziemniaki 250 g (7)	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z białek 70 g (3, 7) Miód 25 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 277,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,9 Węglowodany ogółem [g] 321 suma cukrów prostych [g] 57,9 Tłuszcz [g] 68,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Błonnik pokarmowy [g] 18,9 Sól [g] 3,7
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Masło extra 15 g (7) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7) Sałatka jarzynowa 150 g (3, 9) Połudwica Sopocka 30 g	Mandarynka 80 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Surówka z kiszanej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchewki i jabłka 100 g Ryba Morszczuk na parze 100 g (4)	Pasta z sera białego i szczypiorku 60 g (7) Paprykarz szczeciński 50 g (4) Pomidor 50 g Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 959,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 230,1 suma cukrów prostych [g] 59,4 Tłuszcz [g] 80,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Sól [g] 4,6

2026-05-13 środa	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowod. i tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Południca Sopocka 30 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Buraczki na ciepło 150 g Ziemniaki 250 g (7) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Serek homogenizowany naturalny 150 g (7) Pasta z białek 70 g (3, 7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 164,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,8 Węglowodany ogółem [g] 273,6 suma cukrów prostych [g] 58,9 Tłuszcz [g] 71,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,6 Sól [g] 3,9
	Dieta biegunkowa	Masło extra 15 g (7) Dżem 25 g Kleik ryżowy 300 ml Herbata b/c 250 ml Dżem 25 g Bułka weka 100 g (1) Południca Sopocka 30 g	Banan 150 g Wafle ryżowe 1 szt	Udki gotowane z warzywami 170 g (9) Zupa jarzynowa z kaszą manna 350 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Dżem 25 g Szynka gotowana 30 g	Banan 150 g Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 162,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 70,4 Węglowodany ogółem [g] 344,7 suma cukrów prostych [g] 77,3 Tłuszcz [g] 59,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,3 Sól [g] 3,6
	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Sałata zielona 20 g Herbata z/c 250 ml Sałatka jarzynowa 150 g (3, 9) Jajko 50 g (3)	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Kalafior gotowany 100 g Ziemniaki 250 g (7) Ziemniaki 250 g (7)	Dżem 25 g Twarożek z pietruszką 60 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Sałata zielona 10 g	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 308,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 354 suma cukrów prostych [g] 65,7 Tłuszcz [g] 65,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Sól [g] 1,5
	Kleikowa	Kleik z kaszy jęczmiennej 300 ml (1) Suchary 20 g (1) Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g (1) Herbata b/c 250 ml	Kleik owsiany 400 ml (1) Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 302,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 263,3 suma cukrów prostych [g] 1,3 Tłuszcz [g] 14,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 Sól [g] 1,2

2026-05-13 środa	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Połędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Połędwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 856,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,1 Węglowodany ogółem [g] 283,3 suma cukrów prostych [g] 72,8 Tłuszcz [g] 47 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,8 Sól [g] 4
2026-05-14 czwartek	Podstawowa	Chleb graham 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Ser żółty 30 g (7) Pomidor 50 g Chleb pszenny 40 g (1)	Mandarynka 80 g	Zupa Pieczarkowa z zacierką 300 ml (1, 3, 7, 9) Kotlet schabowy 100 g (1, 3) Ziemniaki 250 g (7) kapusta młoda z koperkiem 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Chleb graham 80 g (1) Chleb pszenny 40 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta twarogowo-rybna 60 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata z/c 250 ml	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 182,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,2 Węglowodany ogółem [g] 261,6 suma cukrów prostych [g] 45,5 Tłuszcz [g] 83,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 Błonnik pokarmowy [g] 25 Sól [g] 4,7
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Parówka z indyka 70 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabelana 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Pulpet drobiowy 100 g (1, 3)	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g sałata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 026,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,9 Węglowodany ogółem [g] 276 suma cukrów prostych [g] 64 Tłuszcz [g] 65 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,9 Sól [g] 4,7
	Bogatorestwkowa	Chleb graham 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Serek wiejski 200 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Zupa Pomidorowa 300 ml (9) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Kasza gryczana 150 g Surówka z białej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Kalafior gotowany 100 g	Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Paprykarz szczeciński 50 g (4) Połędwica Sopocka 30 g Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 015 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 117 Węglowodany ogółem [g] 244,2 suma cukrów prostych [g] 61,8 Tłuszcz [g] 69,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Błonnik pokarmowy [g] 28 Sól [g] 6

2026-05-14 czwartek	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g sałata zielona 10 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Parówka z indyka 70 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem 300 ml (9) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Ziemniaki 250 g (7) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Pomidor 50 g sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 315,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,2 Węglowodany ogółem [g] 311,8 suma cukrów prostych [g] 67,2 Tłuszcz [g] 75,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 Błonnik pokarmowy [g] 18,7 Sól [g] 5,1
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Serek Almette 1 szt (7) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Budyń waniliowy b/c 150 ml (7)	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Sos jarzynowy 100 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 126,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,5 Węglowodany ogółem [g] 271,8 suma cukrów prostych [g] 44,9 Tłuszcz [g] 70,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Błonnik pokarmowy [g] 16,2 Sól [g] 4,4
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Serek Almette 1 szt (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabiela 300 ml (7, 9) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Sos jarzynowy 100 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Sałata zielona 20 g Herbata z/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 000,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,7 Węglowodany ogółem [g] 288 suma cukrów prostych [g] 64,1 Tłuszcz [g] 58,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 Sól [g] 4
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Chleb graham 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Sałata zielona 20 g Parówka z indyka 70 g Pomidor 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabiela 300 ml (7, 9) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Ziemniaki 250 g (7) Surówka z białej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchwi i jabłka 100 g	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta twarogowo-rybna 60 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 056 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,7 Węglowodany ogółem [g] 253,1 suma cukrów prostych [g] 59,5 Tłuszcz [g] 78,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 Sól [g] 4,5

2026-05-14 czwartek	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowod. i tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Ser żółty 30 g (7) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem 300 ml (9) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Ziemniaki 250 g (7) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Połędwica Sopotka 30 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 935 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 95,3 Węglowodany ogółem [g] 255,9 suma cukrów prostych [g] 47,2 Tłuszcz [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Błonnik pokarmowy [g] 17,2 Sól [g] 4,6
	Dieta biegunkowa	Bułka weka 100 g (1) Szyńka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Masło extra 15 g (7) Kleik ryżowy 300 ml	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml (1, 7, 9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połędwica Sopotka 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Kleik ryżowy 300 ml	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 131,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 84,9 Węglowodany ogółem [g] 368,9 suma cukrów prostych [g] 65,9 Tłuszcz [g] 40,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Sól [g] 3,6
	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Miód 25 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata z/c 250 ml	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Kalafior gotowany 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Brokuł gotowany 100 g Ziemniaki 250 g (7)	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Dżem 25 g Jajko 50 g (3) Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 075,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 77,7 Węglowodany ogółem [g] 328,4 suma cukrów prostych [g] 69,6 Tłuszcz [g] 55,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 Sól [g] 1,4
	Kleikowa	Kleik z kaszy jęczmiennej 300 ml (1) Suchary 20 g (1) Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g (1) Herbata b/c 250 ml	Kleik owsiany 400 ml (1) Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 302,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 263,3 suma cukrów prostych [g] 1,3 Tłuszcz [g] 14,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 Sól [g] 1,2

2026-05-14 czwartek	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Połędwica Sopocka 40 g Galaretka drobiowa 100 g (9) Herbata b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa Grysikowa 400 ml (1, 9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Surówka z białej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchewki i jabłka 100 g	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 40 g Parówka z indyka 70 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 153,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 107,9 Węglowodany ogółem [g] 300,9 suma cukrów prostych [g] 72,6 Tłuszcz [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 Sól [g] 5
	Podstawowa	Chleb graham 80 g (1) Chleb pszenny 40 g (1) Masło extra 15 g (7) Twarożek z rzodkiewką 60 g (7) Jajko 50 g (3) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Banan 150 g	Zupa Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1, 7, 9) Lazanki z kapusią i mięsem wieprzowym 300 g (1, 3) Brokuł gotowany 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Chleb graham 80 g (1) Chleb pszenny 40 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Paszтет drobiowy 50 g Ser żółty 30 g (7) Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 307 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 103,1 Węglowodany ogółem [g] 324,3 suma cukrów prostych [g] 63,3 Tłuszcz [g] 72 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 Sól [g] 5,1
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Twarożek ze szczypiorkiem 60 g (7) Jajko 50 g (3) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Pierogi leniwe 200 g (3, 7) Surówka z marchewki i jabłka 100 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Paszтет drobiowy 50 g Ser żółty 30 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 211,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 81,4 Węglowodany ogółem [g] 304,3 suma cukrów prostych [g] 69 Tłuszcz [g] 77,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 Błonnik pokarmowy [g] 18,3 Sól [g] 4,3
	Bogatorreszkowa	Chleb graham 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Twarożek z rzodkiewką 60 g (7) Jajko 50 g (3) Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Zupa Barszcz ukraiński 300 ml (9) Ryż brązowy 150 g Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Surówka z kiszanej kapusty 100 g Surówka z marchwi i jabłka 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Serek wiejski 200 g (7) Ogórek kiszony 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 208,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 97,2 Węglowodany ogółem [g] 287,5 suma cukrów prostych [g] 57,7 Tłuszcz [g] 74,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Błonnik pokarmowy [g] 44,6 Sól [g] 6,2

2026-05-15 piątek	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Połudwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Galantyna drobiowa 100 g (1, 3) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kalafior gotowany 50 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 144,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,5 Węglowodany ogółem [g] 303 suma cukrów prostych [g] 65,7 Tłuszcz [g] 63,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Sól [g] 4,1
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Sałata zielona 10 g Ryż na mleku 300 ml (7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Galaretką owocowa 150 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Galantyna drobiowa 100 g (1, 3) Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Serek Almette 1 szt (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 158,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,5 Węglowodany ogółem [g] 293,4 suma cukrów prostych [g] 37,5 Tłuszcz [g] 69,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 Błonnik pokarmowy [g] 16,3 Sól [g] 4,5
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Ser biały 60 g (7) Dżem 25 g Sałata zielona 10 g Ryż na mleku 300 ml (7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Pierogi leniwe 200 g (3, 7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Miód 25 g Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 297,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,4 Węglowodany ogółem [g] 369,3 suma cukrów prostych [g] 85 Tłuszcz [g] 60,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Sól [g] 3,4
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Chleb graham 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Jajko 50 g (3) Pasta z sera białego i szczypiorku 60 g (7) Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Mandarynka 80 g	Zupa Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1, 7, 9) Makaron ze szpinakiem, serem i kurczakiem 300 g (1, 3, 7) Kalafior gotowany 50 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Serek wiejski 200 g (7) Ogórek kiszony 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 244,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,5 Węglowodany ogółem [g] 278,6 suma cukrów prostych [g] 58,7 Tłuszcz [g] 79,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 Błonnik pokarmowy [g] 28 Sól [g] 6

2026-05-15 piątek	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowod. i tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Pasta z sera białego i koperku 60 g (7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Galantyna drobiowa 100 g (1, 3) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Serek wiejski 200 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 174,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 116,2 Węglowodany ogółem [g] 284,6 suma cukrów prostych [g] 50,4 Tłuszcz [g] 67,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,8 Sól [g] 6
	Dieta biegunkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Kleik ryżowy 300 ml	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Ryż z jabłkami 200 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szyńka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Kisiel b/c 150 ml	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 2 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 040,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 47,9 Węglowodany ogółem [g] 378,6 suma cukrów prostych [g] 68,1 Tłuszcz [g] 40,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,3 Sól [g] 3,1
	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Dżem 25 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko 150 g	Zupa Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1, 7, 9) Pierogi leniwe 200 g (3, 7) Brokuł gotowany 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Miód 25 g	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 137 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 354,1 suma cukrów prostych [g] 74,8 Tłuszcz [g] 51,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 Sól [g] 0,9
	Kleikowa	Kleik z kaszy jęczmiennej 300 ml (1) Suchary 20 g (1) Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g (1) Herbata b/c 250 ml	Kleik owsiany 400 ml (1) Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 302,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 263,3 suma cukrów prostych [g] 1,3 Tłuszcz [g] 14,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 Sól [g] 1,2

2026-05-15 piątek	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Połędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Banan 150 g Wafle ryżowe 1 szt	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Galantyna drobiowa 100 g (1, 3) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Kalafior gotowany 50 g	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Miód 25 g Herbata b/c 250 ml	soczek owocowy 300ml 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 003,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 69,5 Węglowodany ogółem [g] 322,4 suma cukrów prostych [g] 73,7 Tłuszcz [g] 53 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,1 Sól [g] 3,8
	Podstawowa	Chleb graham 80 g (1) Chleb pszenny 40 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Ser topiony 17,5 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Mandarynka 80 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Pulpet wieprzowy 100 g (1, 3) Ziemniaki 250 g (7) Surówka z marchewki i jabłka 100 g Surówka z białej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos pieczarkowy 150 ml (1, 7)	Chleb graham 80 g (1) Chleb pszenny 40 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Połędwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 50 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 301,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,9 Węglowodany ogółem [g] 311,7 suma cukrów prostych [g] 58 Tłuszcz [g] 75,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 Sól [g] 4,9
2026-05-16 sobota	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Ser żółty 30 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Ryż 100 g Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9) Sałatka z buraczka i jabłka 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Połędwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 349,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,3 Węglowodany ogółem [g] 310,1 suma cukrów prostych [g] 52,2 Tłuszcz [g] 84,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,7 Sól [g] 4,7
	Bogatoreszkowa	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Ser żółty 30 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (7, 9) Kasza jęczmienna 150 g (1) Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9) Kalafior gotowany 100 g Sałatka z buraczka i jabłka 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Szynka gotowana 30 g Ogórek świeży 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Rzodkiewka 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 207,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,2 Węglowodany ogółem [g] 282,7 suma cukrów prostych [g] 51,7 Tłuszcz [g] 85,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 Sól [g] 4,7

2026-05-16 sobota	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Twarożek z pietruszką 60 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Sałatka z buraczka i jabłka 150 g Ryż 100 g Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z jaja i wędliny ze szczypiorkiem 70 g (3) Połędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 367,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,2 Węglowodany ogółem [g] 312,1 suma cukrów prostych [g] 53,5 Tłuszcz [g] 84,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 Sól [g] 4,5
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Twarożek z pietruszką 60 g (7) Sałata zielona 20 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Biszkopty b/c (1, 3) 40 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9)	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Połędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 218,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,4 Węglowodany ogółem [g] 304,6 suma cukrów prostych [g] 60,6 Tłuszcz [g] 66 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 Błonnik pokarmowy [g] 17,9 Sól [g] 4,4
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Twarożek z pietruszką 60 g (7) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Ryż 100 g Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z białek 70 g (3, 7) Połędwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 304,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,6 Węglowodany ogółem [g] 304,6 suma cukrów prostych [g] 48,8 Tłuszcz [g] 80,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,8 Sól [g] 4,1
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Ser żółty 30 g (7) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Pomidor 50 g	Mandarynka 80 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Ryż brązowy 100 g Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9) Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Brokuł gotowany 100 g	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z jaja i wędliny ze szczypiorkiem 70 g (3) Połędwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Ogórek świeży 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 154,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95 Węglowodany ogółem [g] 249,1 suma cukrów prostych [g] 35,6 Tłuszcz [g] 93,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sól [g] 4,9

2026-05-16 sobota	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowod. i tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Twarożek z pietruszką 60 g (7) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Ryż 100 g Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z białek 70 g (3, 7) Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 304,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,1 Węglowodany ogółem [g] 309,4 suma cukrów prostych [g] 54,9 Tłuszcz [g] 79,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 Sól [g] 4
	Dieta biegunkowa	Bułka weka 100 g (1) Szyńka gotowana 30 g Herbata b/c 250 ml Masło extra 15 g (7) Kleik ryżowy 300 ml Dżem 25 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Grysikowa 300 ml (1, 9) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml Szyńka gotowana 30 g	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 834 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 73,9 Węglowodany ogółem [g] 302,9 suma cukrów prostych [g] 49 Tłuszcz [g] 40,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,4 Sól [g] 4,1
	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Twarożek z pietruszką 60 g (7) Miód 25 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Ryż 100 g Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9) Sałatka z buraczka i jabłka 150 g	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z białek 70 g (3, 7) Dżem 25 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 361,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,5 Węglowodany ogółem [g] 341 suma cukrów prostych [g] 49,7 Tłuszcz [g] 76,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4 Błonnik pokarmowy [g] 22 Sól [g] 1,2
	Kleikowa	Kleik z kaszy jęczmiennej 300 ml (1) Suchary 20 g (1) Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g (1) Herbata b/c 250 ml	Kleik owsiany 400 ml (1) Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 302,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 263,3 suma cukrów prostych [g] 1,3 Tłuszcz [g] 14,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 Sól [g] 1,2

2026-05-16 sobota	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Miód 25 g Herbata b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Polędwica Sopocka 30 g Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 851,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 287,3 suma cukrów prostych [g] 60,2 Tłuszcz [g] 49,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 Sól [g] 4,2
	Podstawowa	Chleb graham 80 g (1) Chleb pszenny 40 g (1) Masło extra 15 g (7) Pasta z jajka i sera z pietruszką 60 g (3, 7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Szynka gotowana 30 g	Banan 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Marchewka gotowana z olejem 150 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Chleb graham 80 g (1) Chleb pszenny 40 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Parówka z indyka 70 g Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 225,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 110,2 Węglowodany ogółem [g] 294,4 suma cukrów prostych [g] 68,3 Tłuszcz [g] 72,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 Błonnik pokarmowy [g] 29 Sól [g] 6,1
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Serek Almette 1 szt (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Banan 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udki gotowane z warzywami 170 g (9) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Kalafior gotowany 50 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Parówka z indyka 70 g Szynka gotowana 40 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 151,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 85,6 Węglowodany ogółem [g] 289 suma cukrów prostych [g] 74,6 Tłuszcz [g] 76,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 Sól [g] 5,3
2026-05-17 niedziela	Bogatoreszkowa	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Pasta z sera białego i szczypiorku 60 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną 300 ml (7, 9) Kasza jęczmienna 150 g (1) Udki duszone z warzywami 150 g (9) Sos koperkowy 150 ml (1, 7) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z selera 100 g (3, 9)	Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Parówka z indyka 70 g Szynka gotowana 30 g Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 158,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 97,2 Węglowodany ogółem [g] 268,5 suma cukrów prostych [g] 47,1 Tłuszcz [g] 84,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 Sól [g] 6,2

2026-05-17 niedziela	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Banan 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Parówka z indyka 70 g Szynka gotowana 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 081,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 94,4 Węglowodany ogółem [g] 264,1 suma cukrów prostych [g] 51,6 Tłuszcz [g] 76,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 Sól [g] 5,1
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Galaretka drobiowa 100 g (9) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Parówka z indyka 70 g Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 101 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 95,9 Węglowodany ogółem [g] 249,5 suma cukrów prostych [g] 40,2 Tłuszcz [g] 84 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,1 Sól [g] 5,1
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Serek Almette 1 szt (7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Sos koperkowy 150 ml (1, 7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Parówka z indyka 70 g Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 165,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 80,3 Węglowodany ogółem [g] 273,4 suma cukrów prostych [g] 50,1 Tłuszcz [g] 86,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 Błonnik pokarmowy [g] 21 Sól [g] 5
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Pasta twarogowo-rybna 60 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z selera 100 g (3, 9)	Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Parówka z indyka 70 g Szynka gotowana 30 g Rzodkiewka 20 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 110,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 102,8 Węglowodany ogółem [g] 245,7 suma cukrów prostych [g] 57,1 Tłuszcz [g] 85,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 Błonnik pokarmowy [g] 30 Sól [g] 4,7

2026-05-17 niedziela	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowod. i tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Twarożek z koperkiem 60 g (7) Sałata zielona 10 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Parówka z indyka 70 g Szyunka gotowana 30 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 314,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 103,4 Węglowodany ogółem [g] 292,3 suma cukrów prostych [g] 52,1 Tłuszcz [g] 85,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 Błonnik pokarmowy [g] 20 Sól [g] 5,3
	Dieta biegunkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyunka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Kleik ryżowy 300 ml	Banan 150 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Udko gotowane z warzywami 150 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Herbata z/c 250 ml	Kisiel b/c 150 ml Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 043,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 66,3 Węglowodany ogółem [g] 328,9 suma cukrów prostych [g] 58,1 Tłuszcz [g] 55,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,7 Sól [g] 3,6
	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Dżem 25 g	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Knedle z jabłkiem 200 g (3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Bukiet warzyw 150 g	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml Miód 25 g Połudwica Sopocka 30 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 127,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 67,9 Węglowodany ogółem [g] 354,3 suma cukrów prostych [g] 50,3 Tłuszcz [g] 53,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 Sól [g] 1,2
	Kleikowa	Kleik z kaszy jęczmiennej 300 ml (1) Suchary 20 g (1) Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g (1) Herbata b/c 250 ml	Kleik owsiany 400 ml (1) Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 302,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 263,3 suma cukrów prostych [g] 1,3 Tłuszcz [g] 14,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 Sól [g] 1,2

2026-05-17 niedziela	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Polędwica Sopocka 40 g Parówka z indyka 70 g Herbata b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa Grysikowa 400 ml (1, 9) Udko duszone z warzywami 200 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Sałatka z buraka z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 40 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Mus owocowy 100 g Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 137,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 90,7 Węglowodany ogółem [g] 306,4 suma cukrów prostych [g] 76,7 Tłuszcz [g] 65,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 Błonnik pokarmowy [g] 20,5 Sól [g] 5
	Podstawowa	Chleb graham 80 g (1) Chleb pszenny 40 g (1) Masło extra 15 g (7) Paszтет drobiowy 50 g Twarożek z rzodkiewką 60 g (7) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Banan 150 g	Marchewka gotowana z olejem 150 g Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Makaron ze szpinakiem, serem i kurczakiem 300 g (1, 3, 7) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Chleb graham 80 g (1) Chleb pszenny 40 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Ser topiony 17,5 g (7) Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt owocowy 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 143,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 79,7 Węglowodany ogółem [g] 283 suma cukrów prostych [g] 50,3 Tłuszcz [g] 82,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Sól [g] 5,8
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Twarożek z koperkiem 60 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Banan 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (7, 9) Knedle z mięsem 200 g (3) Surówka z marchwi i jabłka 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos koperkowy 150 ml (1, 7)	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Ser topiony 17,5 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt owocowy 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 185,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 88,3 Węglowodany ogółem [g] 319,5 suma cukrów prostych [g] 55,4 Tłuszcz [g] 66,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Sól [g] 4,2
	Bogatorreszkowa	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Serek wiejski 200 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Makaron ze szpinakiem, serem i kurczakiem 300 g (1, 3, 7) Surówka z białej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Jajko 50 g (3) Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 198,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 101,7 Węglowodany ogółem [g] 276,6 suma cukrów prostych [g] 61,4 Tłuszcz [g] 82,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 Sól [g] 6,7

2026-05-18 poniedziałek	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Szyunka gotowana 30 g	Banan 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem 300 ml (9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Ziemniaki 250 g (7)	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Jajko 50 g (3) Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata z/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 204,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,3 Węglowodany ogółem [g] 302,5 suma cukrów prostych [g] 73,2 Tłuszcz [g] 63,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 Sól [g] 4,3
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Ser biały 60 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Szyunka gotowana 30 g	Kisiel b/c 150 ml	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Jajko 50 g (3) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 165,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,6 Węglowodany ogółem [g] 304,7 suma cukrów prostych [g] 46,8 Tłuszcz [g] 58 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Błonnik pokarmowy [g] 19,4 Sól [g] 4,3
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Serek Almette 1 szt (7) Szyunka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Pomidorowa z ryżem 300 ml (9) Knedle z mięsem 200 g (3) Sos koperkowy 150 ml (1, 7) Warzywa duszone 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Dżem 25 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 154,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,1 Węglowodany ogółem [g] 316,4 suma cukrów prostych [g] 52,5 Tłuszcz [g] 67,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Błonnik pokarmowy [g] 19,9 Sól [g] 4,1
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyunka gotowana 40 g Twarożek z koperkiem 60 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Surówka z białej kapusty 100 g Zupa Pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (7, 9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Surówka z marchewki i jabłka 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Ziemniaki 250 g (7)	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Ser żółty 40 g (7)	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 795,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,5 Węglowodany ogółem [g] 221,6 suma cukrów prostych [g] 55,7 Tłuszcz [g] 59,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Sól [g] 4,8

2026-05-18 poniedziałek	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowod. i tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Połudwica Sopocka 30 g Serek Almette 1 szt (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Pomidorowa z ryżem 300 ml (9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Ziemniaki 250 g (7)	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Pasta z białek 70 g (3, 7) Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 910,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 96,1 Węglowodany ogółem [g] 247,2 suma cukrów prostych [g] 48,4 Tłuszcz [g] 62,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Błonnik pokarmowy [g] 17,5 Sól [g] 4,2
	Dieta biegunkowa	Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Kleik ryżowy 300 ml	Banan 150 g	Zupa Grysikowa 300 ml (1, 9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 892,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 79,5 Węglowodany ogółem [g] 319,5 suma cukrów prostych [g] 64,3 Tłuszcz [g] 37,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,1 Sól [g] 3,5
	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Ser biały 70 g (7) Szynka gotowana 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem 300 ml (9) Kopytka 200 g (1, 3) Sos jarzynowy 100 ml (1, 7, 9) Brokuł gotowany 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Sałatka jarzynowa 150 g (3, 9) Sałata masłowa 20 g Herbata z/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 168,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 80,8 Węglowodany ogółem [g] 357,2 suma cukrów prostych [g] 71,3 Tłuszcz [g] 52,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Sól [g] 2,4
	Kleikowa	Kleik z kaszy jęczmiennej 300 ml (1) Suchary 20 g (1) Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g (1) Herbata b/c 250 ml	Kleik owsiany 400 ml (1) Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 302,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 263,3 suma cukrów prostych [g] 1,3 Tłuszcz [g] 14,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 Sól [g] 1,2

2026-05-18 poniedziałek	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Połudwica Sopocka 30 g Szynka gotowana 30 g Herbata b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml (1, 7, 9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Połudwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 823,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 86,6 Węglowodany ogółem [g] 285,4 suma cukrów prostych [g] 67,5 Tłuszcz [g] 42 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 Sól [g] 4,1
	Podstawowa	Chleb graham 80 g (1) Chleb pszenny 40 g (1) Masło extra 15 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Serek Almette 1 szt (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Zupa z czerwonej soczewicy z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Bitka ze schabu w sosie 70 g (1) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Surówka z selera 100 g (3, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Chleb graham 80 g (1) Chleb pszenny 40 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Szynka gotowana 30 g Ogórek świeży 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 396,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 122,1 Węglowodany ogółem [g] 308,5 suma cukrów prostych [g] 48,4 Tłuszcz [g] 81,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,7 Sól [g] 4,2
2026-05-19 wtorek	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Galaretki drobiowa 100 g (9) Połudwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Sałatka z buraka z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Szynka gotowana 30 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata z/c 250 ml	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 013,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 106,4 Węglowodany ogółem [g] 271,8 suma cukrów prostych [g] 65,4 Tłuszcz [g] 59,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 Błonnik pokarmowy [g] 18,6 Sól [g] 4
	Bogatreszkowa	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Galaretki drobiowa 100 g (9) Szynka gotowana 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Kasza jęczmienna 100 g (1) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Surówka z białej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z kapusty czerwonej 100 g	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z pietruszką 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Ogórek świeży 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata z/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 144,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 120,5 Węglowodany ogółem [g] 273,4 suma cukrów prostych [g] 63,1 Tłuszcz [g] 70,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Sól [g] 3,9

2026-05-19 wtorek	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Galaretka drobiowa 100 g (9) Połędwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Sałatka z buraka z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Szynka gotowana 30 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 972 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,8 Węglowodany ogółem [g] 255 suma cukrów prostych [g] 47,5 Tłuszcz [g] 60,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Błonnik pokarmowy [g] 18,9 Sól [g] 4,1
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Galaretka drobiowa 100 g (9) Połędwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Budyń o smaku waniliowym 150 g (7)	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Herbata z/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 050,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,1 Węglowodany ogółem [g] 252,8 suma cukrów prostych [g] 45,2 Tłuszcz [g] 63,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Błonnik pokarmowy [g] 15,7 Sól [g] 4,3
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Galaretka drobiowa 100 g (9) Połędwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Sałatka z buraka z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z pietruszką 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 974,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,6 Węglowodany ogółem [g] 273,5 suma cukrów prostych [g] 60,5 Tłuszcz [g] 52,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,3 Sól [g] 3,8
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Galaretka drobiowa 100 g (9) Połędwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Pomidor 50 g	Mandarynka 80 g	Zupa z czerwonej soczewicy z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z selera 100 g (3, 9)	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z pietruszką 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Ogórek świeży 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 152,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 135,5 Węglowodany ogółem [g] 267,1 suma cukrów prostych [g] 42,2 Tłuszcz [g] 67,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Sól [g] 3,8

2026-05-19 wtorek	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowod. i tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Galaretki drobiowa 100 g (9) Połędwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Ryż na mleku 300 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z pietruszką 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 192,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 124 Węglowodany ogółem [g] 301,1 suma cukrów prostych [g] 56,2 Tłuszcz [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Sól [g] 4,2
	Dieta biegunkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Kleik ryżowy 300 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Grysikowa 300 ml (1, 9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml	Wafle ryżowe 1 szt Banan 150 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 895,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 79,5 Węglowodany ogółem [g] 319,4 suma cukrów prostych [g] 64,3 Tłuszcz [g] 37,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17 Błonnik pokarmowy [g] 22,2 Sól [g] 3,5
	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Miód 25 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Bukiet warzyw 150 g Naleśnik z jabłkiem 2 szt (1, 3, 7)	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Dżem 25 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7)	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 936,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 64,8 Węglowodany ogółem [g] 320,5 suma cukrów prostych [g] 72,1 Tłuszcz [g] 49,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,2 Sól [g] 0,6
	Kleikowa	Kleik z kaszy jęczmiennej 300 ml (1) Suchary 20 g (1) Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g (1) Herbata b/c 250 ml	Kleik owsiany 400 ml (1) Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 302,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 263,3 suma cukrów prostych [g] 1,3 Tłuszcz [g] 14,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 Sól [g] 1,2

2026-05-19 wtorek	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Połędwica Sopocka 30 g Galaretka drobiowa 100 g (9) Herbata b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Grysikowa 300 ml (1, 9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Brokuł gotowany 100 g	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Dżem 25 g Połędwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g	Soczek kubaś 300 ml Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 896,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,9 Węglowodany ogółem [g] 288,5 suma cukrów prostych [g] 69,8 Tłuszcz [g] 45,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 Błonnik pokarmowy [g] 26 Sól [g] 3,8
	Podstawowa	Chleb graham 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Parówka z indyka 70 g Pasta z sera białego z cebulką 60 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Chleb pszenny 40 g (1)	Banan 150 g	Żurek z ziemniakami 300 ml (1, 6, 7, 9) Spaghetti 120 g (1, 3) Kalafior gotowany 50 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Galaretka drobiowa 100 g (9) Połędwica Sopocka 30 g Papryka czerwona 40 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 286,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,5 Węglowodany ogółem [g] 303,8 suma cukrów prostych [g] 49,7 Tłuszcz [g] 78,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Sól [g] 4,7
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Parówka z indyka 70 g Twarożek z koperkiem 60 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Risotto mięsno-warzywne z sosem pomidorowym 200 g (1, 7, 9) Bukiet warzyw 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Ser żółty 30 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 271,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,4 Węglowodany ogółem [g] 321,2 suma cukrów prostych [g] 55,3 Tłuszcz [g] 72,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,9 Sól [g] 4,9
	Bogatorreszkowa	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Parówka z indyka 70 g Pasta z sera białego i koperku 60 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Kasza jęczmienna 100 g (1) Galantyna drobiowa 100 g (1, 3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos jarzynowy 100 ml (1, 7, 9) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Surówka z selera 100 g (3, 9) Żurek z ziemniakami 300 ml (1, 6, 7, 9)	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Galaretka drobiowa 100 g (9) Połędwica Sopocka 30 g Papryka czerwona 40 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 266,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,8 Węglowodany ogółem [g] 277,7 suma cukrów prostych [g] 48,3 Tłuszcz [g] 87 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,2 Sól [g] 4,5

2026-05-20 środa	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Parówka z indyka 70 g Pasta z jajka i wędliny ze szczypiorkiem 70 g (3) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Galantyna drobiowa 100 g (1, 3)	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek ze szczypiorkiem 60 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 237,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 104,5 Węglowodany ogółem [g] 295,5 suma cukrów prostych [g] 54,9 Tłuszcz [g] 75,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,7 Sól [g] 4,9
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Jabłko pieczone 120 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7)		Zupa Grysikowa 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Galantyna drobiowa 100 g (1, 3)	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z koperkiem 70 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 190,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 111,8 Węglowodany ogółem [g] 311,9 suma cukrów prostych [g] 53,6 Tłuszcz [g] 59,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,5 Sól [g] 4,4
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Parówka z indyka 70 g Twarożek z koperkiem 60 g (7) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jogurt naturalny 100 g (7)	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Risotto mięsno-warzywne z sosem pomidorowym 200 g (1, 7, 9) Warzywa duszone 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Dżem 25 g Połędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Herbata z/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 232,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 85,7 Węglowodany ogółem [g] 334,8 suma cukrów prostych [g] 74,3 Tłuszcz [g] 65,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 Sól [g] 4,4
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Parówka z indyka 70 g Twarożek z koperkiem 60 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Mandarynka 80 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Gołąbki mięsne z ryżem i sosem pomidorowym 150 g (1, 7) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Kalafior gotowany 50 g	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Galaretką drobiowa 100 g (9) Połędwica Sopocka 30 g Papryka czerwona 40 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 992,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 91,1 Węglowodany ogółem [g] 262,8 suma cukrów prostych [g] 39,5 Tłuszcz [g] 70,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Sól [g] 3,8

2026-05-20 środa	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowod. i tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Parówka z indyka 70 g Twarożek z koperkiem 60 g (7) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Warzywa duszone 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Risotto mięsno-warzywne z sosem pomidorowym 200 g (1, 7, 9)	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Galaretką drobiowa 100 g (9) Połudwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 218,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,2 Węglowodany ogółem [g] 305,3 suma cukrów prostych [g] 45,7 Tłuszcz [g] 71,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Błonnik pokarmowy [g] 21 Sól [g] 4,4
	Dieta biegunkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1) Dżem 25 g	Banan 150 g Kisiel b/c 150 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Galantyna drobiowa 100 g (1, 3) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g Kisiel b/c 150 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 082,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 347,8 suma cukrów prostych [g] 62,9 Tłuszcz [g] 49,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 Sól [g] 3,8
	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Jajko 50 g (3) Sałatka jarzynowa 150 g (3, 9) Sałata zielona 20 g Herbata z/c 250 ml	Jabłko 150 g	Risotto mięsno-warzywne z sosem pomidorowym 200 g (1, 7, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Bukiet warzyw 150 g	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Serek Almette 1 szt (7) Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata z/c 250 ml Dżem 25 g	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 202,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 356,4 suma cukrów prostych [g] 70 Tłuszcz [g] 61,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Sól [g] 1,7
	Kleikowa	Kleik z kaszy jęczmiennej 300 ml (1) Suchary 20 g (1) Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g (1) Herbata b/c 250 ml	Kleik owsiany 400 ml (1) Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g (1)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 302,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 263,3 suma cukrów prostych [g] 1,3 Tłuszcz [g] 14,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 Sól [g] 1,2

2026-05-20 środa	Bezmielczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Połędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 350 ml (1, 9) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Kalafior gotowany 50 g	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szyunka gotowana 30 g Galaretką drobiowa 100 g (9) Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 002 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 85,2 Węglowodany ogółem [g] 293,1 suma cukrów prostych [g] 75,2 Tłuszcz [g] 59,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,4 Sól [g] 3,9
------------------	-------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Oznaczenia alergenów:

- 1 - *Zboża zawierające gluten,*
- 2 - *Skorupiaki i pochodne,*
- 3 - *Jaja i pochodne,*
- 4 - *Ryby i pochodne,*
- 5 - *Orzechy ziemne i pochodne,*
- 6 - *Soja i pochodne,*
- 7 - *Mleko i pochodne,*
- 8 - *Orzechy,*
- 9 - *Seler i pochodne,*
- 10 - *Gorczyca i produkty pochodne,*
- 11 - *Nasiona sezamu i pochodne,*
- 12 - *Dwutlenek siarki / siarczyny,*
- 13 - *Łubin i produkty pochodne,*
- 14 - *Mięczaki i pochodne,*