

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	Pn	SUMA
2026-05-01 piątek	Podstawowa	Chleb pszenny 40 g Chleb graham 80 g Masło extra 15 g Twarożek z rzodkiewką 60 g Jajko 50 g Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Pomidor 50 g	Banan 150 g	Ziemniaki 250 g Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml Ryba Morszczuk na parze 100 g Surówka z marchwi i jabłka 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z kiszanej kapusty 100 g	Chleb pszenny 40 g Chleb graham 80 g Masło jednorazowe 10 g Paszтет drobiowy 50 g Ser żółty 30 g Sałata zielona 20 g Herbata z/c 250 ml	Jogurt truskawkowy 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 085,4</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 68,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 246,7</b> <b>suma cukrów prostych [g] 60,7</b> <b>Tłuszcz [g] 88,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 26,3</b> <b>Sól [g] 5,1</b>
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g Masło extra 15 g Twarożek z koperkiem 60 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Jajko 50 g	Banan 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml Ryba Morszczuk na parze 100 g Ziemniaki 250 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Kalafior gotowany 50 g Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g Masło jednorazowe 10 g Dżem 25 g Ser topiony 17,5 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Soczek kartonik 200 ml	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 003,1</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 57,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 281</b> <b>suma cukrów prostych [g] 77,3</b> <b>Tłuszcz [g] 67,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 20</b> <b>Sól [g] 3,2</b>
	Bogatorozżkowa	Chleb graham 120 g Masło extra 15 g Pasta twarogowo-rybna 60 g Sałata zielona 10 g Jajko 50 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Pomidor 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml	Jabłko 150 g	Zupa Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Ryba Morszczuk na parze 100 g Surówka z kiszanej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchewki i jabłka 100 g	Chleb graham 120 g Masło jednorazowe 10 g Dżem 25 g Ser żółty 30 g Sałata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml Rzodkiewka 20 g	Jogurt naturalny 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 921,9</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 71,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 234,4</b> <b>suma cukrów prostych [g] 72</b> <b>Tłuszcz [g] 74,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 29,8</b> <b>Sól [g] 4,3</b>
	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g Masło extra 15 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Szynka gotowana 30 g	Banan 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml Ziemniaki 250 g Ryba Morszczuk na parze 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Buraczki na ciepło 150 g	Bułka weka 100 g Masło jednorazowe 10 g Jajko 50 g Serek Almette 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 010,7</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 62,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 257,5</b> <b>suma cukrów prostych [g] 56,2</b> <b>Tłuszcz [g] 75</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 17,3</b> <b>Sól [g] 3,6</b>

2026-05-01 piątek	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz. wyzdz. soku żoź	Bułka weka 100 g Masło extra 15 g Serek homogenizowany naturalny 150 g Salata zielona 10 g Kasza manna na mleku 300 ml Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Jajko 50 g	Galaretkę owocową 150 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml Ziemniaki 250 g Ryba Morszczuk na parze 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Warzywa duszone 150 g	Bułka weka 100 g Masło jednorazowe 10 g Szynka gotowana 30 g Twarożek z koperkiem 60 g Salata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 293,8</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 282,3</b> <b>suma cukrów prostych [g] 43,8</b> <b>Tłuszcz [g] 83</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 17,4</b> <b>Sól [g] 3,8</b>
	Łatwość z ogranicz. tłuszczu	Bułka weka 100 g Masło extra 15 g Pasta z białek 70 g Szynka gotowana M 30 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Kasza manna na mleku 300 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml Ryba Morszczuk na parze 100 g Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Ziemniaki 250 g	Bułka weka 100 g Masło jednorazowe 10 g Dżem 25 g Ser biały 60 g Salata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt truskawkowy 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 176</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 76,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 296,2</b> <b>suma cukrów prostych [g] 66,2</b> <b>Tłuszcz [g] 70,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 17,7</b> <b>Sól [g] 3,6</b>
	Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów	Masło extra 15 g Pasta twarogowo-rybna 60 g Salata zielona 20 g Jajko 50 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Pomidor 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml	Jabłko 150 g	Ziemniaki 250 g Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml Ryba Morszczuk na parze 100 g Surówka z kiszanej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchewki i jabłka 100 g	Chleb graham 120 g Masło jednorazowe 10 g Serek Almette 1 szt Szynka gotowana 30 g Salata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Jogurt naturalny 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 891,6</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 64,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 209,7</b> <b>suma cukrów prostych [g] 55,3</b> <b>Tłuszcz [g] 83</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 24,7</b> <b>Sól [g] 4,4</b>
	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowoda i tłuszczu	Bułka weka 100 g Masło extra 15 g Pasta z białek 70 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Serek Almette 1 szt	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml Ziemniaki 250 g Ryba Morszczuk na parze 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Buraczki na ciepło 150 g	Bułka weka 100 g Masło jednorazowe 10 g Twarożek z koperkiem 60 g Salata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Polędwica Sopocka 30 g	Jogurt naturalny 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 985,1</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 67,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 245,8</b> <b>suma cukrów prostych [g] 47,9</b> <b>Tłuszcz [g] 74,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 16,5</b> <b>Sól [g] 3,6</b>

2026-05-01 piątek	Dzielnica	Bulka weka 80 g Masło extra 15 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Kleik ryżowy 300 ml	Banan 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml Ryż z jabłkami 200 g	Bulka weka 100 g Masło jednorazowe 10 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Kleik ryżowy 300 ml	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 2 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] [kcal] 2030,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 37,8 Węglowodany ogółem [g] 391,9 suma cukrów prostych [g] 71,2 Tłuszcz [g] 38,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Błonnik pokarmowy [g] 21,1 Sól [g] 2
	Płynna sonda	grysik na mleku k 500 g	Kasza manna na rosolu 500 ml	Ryż na rosolu 0 500 ml	Kasza jęczmienna na rosolu K 500 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] [kcal] 2011,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 106 Węglowodany ogółem [g] 203,5 suma cukrów prostych [g] 41,6 Tłuszcz [g] 88,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,1 Błonnik pokarmowy [g] 12 Sól [g] 1,4
	Niskobiałkowa	Masło extra 15 g Twarożek z koperkiem 60 g Salata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml Dżem 25 g Chleb bezsolny 120 g	Jabłko 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml Ryba Morszczuk na parze 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Bukiet warzyw 150 g Ziemniaki 250 g	Miód 25 g Chleb bezsolny 100 g Masło jednorazowe 10 g Salata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml Serek Almette 1 szt	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] [kcal] 1974 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 47 Węglowodany ogółem [g] 293,4 suma cukrów prostych [g] 66,6 Tłuszcz [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 Sól [g] 0,6
	Kleikowa	Kleik z kaszy jęczmiennej 300 ml Suchary 20 g Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g Herbata b/c 250 ml	Kleik owsiany 400 ml Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] [kcal] 1302,2 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

2026-05-01 piątek	Bezmleczna	Bułka weka 100 g Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml	Banan 150 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml Ryba Morszczuk na parze 100 g Ziemniaki 250 g Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Połędwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 849,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 50,9 Węglowodany ogółem [g] 278,8 suma cukrów prostych [g] 69,9 Tłuszcz [g] 53,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Błonnik pokarmowy [g] 18,4 Sól [g] 3,8
	Podstawowa	Chleb pszenny 40 g Chleb graham 80 g Masło extra 15 g Pasta z jaj i wędliny ze szczypiorkiem 70 g Dżem 25 g Salata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Ogórek świeży 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml Ziemniaki 250 g Udko gotowane z warzywami 170 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g	Chleb pszenny 40 g Chleb graham 80 g Masło jednorazowe 10 g Szynka gotowana 30 g Pasta twarogowo-rybna 60 g Salata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml Papryka czerwona 40 g	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 127 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,5 Węglowodany ogółem [g] 291,1 suma cukrów prostych [g] 87,5 Tłuszcz [g] 72,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Błonnik pokarmowy [g] 32,2 Sól [g] 4,3
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g Masło extra 15 g Dżem 25 g Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Pasta z jaj i wędliny ze szczypiorkiem 70 g	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml Ziemniaki 250 g Pulpet drobiowy 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos jarzynowy 100 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g Masło jednorazowe 10 g Szynka gotowana 30 g Pasta twarogowo-rybna 60 g Salata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 170,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,3 Węglowodany ogółem [g] 301,2 suma cukrów prostych [g] 58,3 Tłuszcz [g] 68,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Sól [g] 4,2
	Bogatobiałkowa	Chleb graham 120 g Masło extra 15 g Pasta z jaj i wędliny ze szczypiorkiem 70 g Salata zielona 10 g Połędwica Sopocka 30 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Pomidor 50 g Ogórek świeży 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml Kasza jęczmienna 100 g Pulpet drobiowy 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos koperkowy 150 ml Surówka z kapusty czerwonej 100 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g	Chleb graham 120 g Masło jednorazowe 10 g Szynka gotowana 30 g Ser żółty 30 g Salata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Serek homogenizowany naturalny 120 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 233,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,6 Węglowodany ogółem [g] 256,4 suma cukrów prostych [g] 47,4 Tłuszcz [g] 93,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 Sól [g] 5,5

2026-05-02 sobota	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g Masło extra 15 g Polędwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Salata masłowa 20 g	Budyń waniliowy b/c 150 ml	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml Ziemniaki 250 g Pulpet drobiowy 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos jarzynowy 100 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g Masło jednorazowe 10 g Szynka gotowana 30 g Twarożek z pietruszką 60 g Salata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 213,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,6 Węglowodany ogółem [g] 291,9 suma cukrów prostych [g] 46,8 Tłuszcz [g] 66,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 4,5
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz. wydz. soku żo	Bułka weka 100 g Masło extra 15 g Polędwica Sopocka 30 g Serek Almette 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Salata masłowa 20 g	Budyń waniliowy b/c 150 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml Ziemniaki 250 g Pulpet drobiowy 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos jarzynowy 100 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g Masło jednorazowe 10 g Szynka gotowana 30 g Twarożek z pietruszką 60 g Salata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 117,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,6 Węglowodany ogółem [g] 277 suma cukrów prostych [g] 41,8 Tłuszcz [g] 67,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Błonnik pokarmowy [g] 18,1 Sól [g] 4,4
	Łatwostr. z ogranicz. tłuszczu	Bułka weka 100 g Masło extra 15 g Dżem 25 g Salata zielona 10 g Kasza manna na mleku 300 ml Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Polędwica Sopocka 30 g	Jogurt naturalny 100 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml Ziemniaki 250 g Pulpet drobiowy 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos jarzynowy 100 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g Masło jednorazowe 10 g Szynka gotowana 30 g Twarożek z pietruszką 60 g Salata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 343,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,6 Węglowodany ogółem [g] 350,4 suma cukrów prostych [g] 78,9 Tłuszcz [g] 62,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,5 Sól [g] 4,4
	Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów	Chleb graham 120 g Masło extra 15 g Pasta z jajka i wędliny ze szczypiorkiem 70 g Szynka gotowana 30 g Salata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Ogórek świeży 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml Ziemniaki 250 g Pulpet drobiowy 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos jarzynowy 100 ml Surówka z kapusty czerwonej 100 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g	Chleb graham 120 g Masło jednorazowe 10 g Polędwica Sopocka 30 g Ser żółty 30 g Salata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 034,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,8 Węglowodany ogółem [g] 249,9 suma cukrów prostych [g] 46,9 Tłuszcz [g] 77,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Sól [g] 4,9

2026-05-02 sobota

Z ogr latwo przyswaj węglowod i tłuszcz	Bulka weka 100 g Masło extra 15 g Polędwica Sopocka 30 g Ser biały 60 g Salata zielona 10 g Kasza manna na mleku 300 ml Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml	Jogurt naturalny 100 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml Ziemniaki 250 g Pulpet drobiowy 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos jarzynowy 100 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bulka weka 100 g Masło jednorazowe 10 g Szynka gotowana 30 g Serek Almette 1 szt Salata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 313,6</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 325,8</b> <b>suma cukrów prostych [g] 57</b> <b>Tłuszcz [g] 69,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 21,1</b> <b>Sól [g] 4,5</b>
Dieta biegunkowa	Bulka weka 80 g Masło extra 15 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Kleik ryżowy 300 ml	Szynka gotowana 30 g Jabłko pieczone 120 g	Zupa Grysikowa 300 ml Pulpet drobiowy 100 g Herbata b/c 250 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g Ziemniaki 250 g	Bulka weka 100 g Masło jednorazowe 10 g Polędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Kisiel b/c 150 ml	Jabłko pieczone 120 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 862,2</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 68</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 316</b> <b>suma cukrów prostych [g] 52,7</b> <b>Tłuszcz [g] 40,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 20,9</b> <b>Sól [g] 3,4</b>
Płynna sonda	grysik na mleku k 500 g	Kasza manna na rosol ś 500 ml	Ryż na rosol o 500 ml	Kasza jęczmienna na rosol K 500 ml		<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 011,8</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 203,5</b> <b>suma cukrów prostych [g] 41,6</b> <b>Tłuszcz [g] 88,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 12</b> <b>Sól [g] 1,4</b>
Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g Masło extra 15 g Serek Almette 1 szt Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Dżem 25 g Herbata z/c 250 ml	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml Ziemniaki 250 g Pulpet drobiowy 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g	Chleb bezsolny 120 g Masło jednorazowe 10 g Szynka gotowana 30 g Salata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g Miód 25 g	Jogurt morelowy 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 014,4</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 72,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 313,6</b> <b>suma cukrów prostych [g] 52</b> <b>Tłuszcz [g] 56,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 23,7</b> <b>Sól [g] 1,5</b>

2026-05-02 sobota	Kleikowa	Kleik z kaszy jęczmiennej 300 ml Suchary 20 g Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g Herbata b/c 250 ml	Kleik owsiany 400 ml Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g	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
	Bezmleczna	Bułka weka 100 g Margaryna miękka 15 g Polędwica Sopotcka 30 g Dżem 25 g sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml Pulpet drobiowy 100 g Ziemniaki 250 g Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Polędwica Sopotcka 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 835,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,7 Węglowodany ogółem [g] 279,3 suma cukrów prostych [g] 62 Tłuszcz [g] 50,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Błonnik pokarmowy [g] 19 Sól [g] 4,1
2026-05-03 niedziela	Podstawowa	Chleb pszenny 40 g Chleb graham 80 g Masło extra 15 g Szynka gotowana 30 g Ser żółty 30 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabilana 300 ml Ziemniaki 250 g Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z kapusty czerwonej 100 g Surówka z selera 100 g	Chleb pszenny 40 g Chleb graham 80 g Masło jednorazowe 10 g Parówka z indyka 70 g Polędwica Sopotcka 30 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml Papryka czerwona 40 g	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 989,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,3 Węglowodany ogółem [g] 257 suma cukrów prostych [g] 71 Tłuszcz [g] 69,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 Sól [g] 5,3
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g Masło extra 15 g Ser żółty 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Szynka gotowana 30 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabilana 300 ml Ziemniaki 250 g Schab duszony 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Salatka z buraka z olejem 150 g	Bułka weka 100 g Masło jednorazowe 10 g Polędwica Sopotcka 30 g Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Rzodkiewka 20 g	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 103,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,1 Węglowodany ogółem [g] 287,9 suma cukrów prostych [g] 69,9 Tłuszcz [g] 66,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Błonnik pokarmowy [g] 18,3 Sól [g] 5,2

2026-05-03 niedziela	Bogatoreszkikowa	Chleb graham 120 g Masło extra 15 g Szynka gotowana 30 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Jajko 50 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa ogórkowa z ryżem zabieleną 300 ml Kasza jęczmienna 100 g Schab duszony 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g	Chleb graham 120 g Masło jednorazowe 10 g Polędwica Sopocka 30 g Parówka z indyka 70 g Salata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2029,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92 Węglowodany ogółem [g] 257,6 suma cukrów prostych [g] 62,7 Tłuszcz [g] 77 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 Sól [g] 6,4
	Bogatobialkowa	Bułka weka 100 g Masło extra 15 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Szynka gotowana 30 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml Ziemniaki 250 g Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Salatka z buraka z olejem 150 g	Bułka weka 100 g Masło jednorazowe 10 g Polędwica Sopocka 30 g Parówka z indyka 70 g Salata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2034,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,2 Węglowodany ogółem [g] 262,4 suma cukrów prostych [g] 53,6 Tłuszcz [g] 68,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,7 Sól [g] 4,8
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz. wydz. soku żołą.	Bułka weka 100 g Masło extra 15 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Szynka gotowana 30 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml Ziemniaki 250 g Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Buraczki na ciepło 150 g	Bułka weka 100 g Masło jednorazowe 10 g Polędwica Sopocka 30 g Parówka z indyka 70 g Salata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2014,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,4 Węglowodany ogółem [g] 251 suma cukrów prostych [g] 43,1 Tłuszcz [g] 70,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Błonnik pokarmowy [g] 17 Sól [g] 4,9
	Łatwostr z ogranicz. tłuszczu	Bułka weka 100 g Masło extra 15 g Pasta z białek 70 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Szynka gotowana 30 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml Ziemniaki 250 g Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Buraczki na ciepło 150 g	Bułka weka 100 g Masło jednorazowe 10 g Polędwica Sopocka 30 g Parówka z indyka 70 g Salata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1982,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99 Węglowodany ogółem [g] 257,7 suma cukrów prostych [g] 56,7 Tłuszcz [g] 64,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Błonnik pokarmowy [g] 18,9 Sól [g] 4,7

2026-05-03 niedziela	Z ograniczyć łatwo przysw. węglowodanów	Chleb graham 120 g Masło extra 15 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Szynka gotowana 30 g Pomidor 50 g	Mandarynka 80 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml Ziemniaki 250 g Schab duszony 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g	Chleb graham 120 g Masło jednorazowe 10 g Polędwica Sopocka 30 g Parówka z indyka 70 g Herbata b/c 250 ml Rzodkiewka 20 g Salata zielona 10 g	Jogurt naturalny 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1</b> 929,5 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 101,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 236 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 52,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31 <b>Sól [g]</b> 4,9
	Z ogr łatwo przyswaj. węglowoda i tłuszczu	Bulka weka 100 g Masło extra 15 g Pasta z białek 70 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml Szynka gotowana 30 g	Jabłko 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml Ziemniaki 250 g Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Buraczki na ciepło 150 g	Bulka weka 100 g Masło jednorazowe 10 g Polędwica Sopocka 30 g Parówka z indyka 70 g Salata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1</b> 982,3 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 99 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 257,7 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 56,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 64,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 27,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 18,9 <b>Sól [g]</b> 4,7
	Dieta biegunkowa	Bulka weka 80 g Masło extra 15 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Szynka gotowana 30 g Kleik ryżowy 300 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g Herbata b/c 250 ml Ziemniaki 250 g	Marchewka gotowana z olejem 150 g Bulka weka 100 g Masło jednorazowe 10 g Dżem 25 g Polędwica Sopocka 30 g	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1</b> 845,8 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 76,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 293,4 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 52,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 44,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,8 <b>Sól [g]</b> 3,3
	Płynna sonda	grysik na mleku k 500 g	Kasza manna na rosół 500 ml	Ryż na rosół 0 500 ml	Kasza jęczmienna na rosół K 500 ml		<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2</b> 011,8 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 106 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 203,5 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 41,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 88,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 43,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 12 <b>Sól [g]</b> 1,4

2026-05-03 niedziela	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g Masło extra 15 g Miód 25 g Salata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml Polędwica Sopocka 30 g	Jabłko 150 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Bukiet warzyw 150 g Ziemniaki 250 g	Chleb bezsolny 120 g Masło jednorazowe 10 g Salata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml Dżem 25 g Serek Almette 1 szt	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 966,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,2 Węglowodany ogółem [g] 308,3 suma cukrów prostych [g] 63,5 Tłuszcz [g] 50,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,8 Sól [g] 1,2
	Kleikowa	Kleik z kaszy jęczmiennej 300 ml Suchary 20 g Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g Herbata b/c 250 ml	Kleik owsiany 400 ml Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g	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
	Bezmleczna	Bułka weka 100 g Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Polędwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Grysikowa 300 ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g Ziemniaki 250 g Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Parówka z indyka 70 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 883,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,1 Węglowodany ogółem [g] 265,5 suma cukrów prostych [g] 56,8 Tłuszcz [g] 54,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,1 Sól [g] 5