

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	Pn	SUMA
2026-03-31 wtorek	Podstawowa	Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Pasta twarogowo-rybna 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Papryka czerwona 40 g	Jabłko 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udziec z kurczaka 120 g (1, 3) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Fasolka szparagowa gotowana 100 g	Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Jajko 50 g (3) Ser żółty 30 g (7) Ogórek świeży 50 g Herbata b/c 250 ml Sałata zielona 15 g Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 970,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,5 Węglowodany ogółem [g] 255,6 suma cukrów prostych [g] 46,2 Tłuszcz [g] 66,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Błonnik pokarmowy [g] 28 Sól [g] 4,8
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Ser żółty 30 g (7) Pomidor 50 g Sałata masłowa 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 Potrawka z kurczaka 150 g (1, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Polędwica Sopotcka 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] 2 239,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,4 Węglowodany ogółem [g] 331 suma cukrów prostych [g] 73,3 Tłuszcz [g] 63,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 Sól [g] 4,5
	Bogatoresztkowa	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Pasta twarogowo-rybna 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (7, 9) Kasza jęczmienna 100 g (1) Potrawka z kurczaka 150 g (1, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 150 g Kalafior gotowany 50 g	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Jajko 50 g (3) Polędwica Sopotcka 30 g Ogórek świeży 50 g Herbata b/c 250 ml Papryka czerwona 60 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 020,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,5 Węglowodany ogółem [g] 266,9 suma cukrów prostych [g] 54,7 Tłuszcz [g] 70,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sól [g] 4

2026-03-31 wtorek	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Serek wiejski 200 g (7) Pomidor 50 g Sałata masłowa 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 Potrawka z kurczaka 150 g (1, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 150 g	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 zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 299 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,3 Węglowodany ogółem [g] 316,7 suma cukrów prostych [g] 58,7 Tłuszcz [g] 69,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,7 Sól [g] 5,8
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żol	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Serek homogenizowany naturalny 120 g (7) Szyńka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Budyń waniliowy b/c 150 ml (7)	Zupa Grysikowa 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Potrawka z kurczaka 150 g (1, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Buraczki na ciepło 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z koperkiem 70 g (7) Połędwica Sopocka 0,3 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 086,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,1 Węglowodany ogółem [g] 272,2 suma cukrów prostych [g] 46,5 Tłuszcz [g] 63,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Błonnik pokarmowy [g] 17,3 Sól [g] 3,8
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Dżem 25 g Sałata masłowa 20 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 ziemniakami 300 ml (7, 9) Ryż 100 g Potrawka z kurczaka 150 g (1, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Buraczki na ciepło 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Ser biały 60 g (7) Połędwica Sopocka 40 g Sałata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 348,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,3 Węglowodany ogółem [g] 353,9 suma cukrów prostych [g] 67,9 Tłuszcz [g] 62,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 Sól [g] 4,2
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Pasta twarogowo-rybna 60 g (7) Szyńka gotowana 30 g Papryka czerwona 40 g Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Mandarynka 80 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Ryż brązowy 100 g Potrawka z kurczaka 150 g (1, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 150 g Kalafior gotowany 50 g	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Jajko 50 g (3) Połędwica Sopocka 30 g Ogórek świeży 50 g Herbata b/c 250 ml Papryka czerwona 60 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 967,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,4 Węglowodany ogółem [g] 263,6 suma cukrów prostych [g] 48,7 Tłuszcz [g] 66,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 Sól [g] 3,9

2026-03-31 wferek	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowod. i tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Ser biały 60 g (7) Sałata masłowa 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 Potrawka z kurczaka 150 g (1, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Buraczki na ciepło 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Dżem 25 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml Połędwica Sopocka 30 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7)	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 316,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99,2 Węglowodany ogółem [g] 348,9 suma cukrów prostych [g] 63 Tłuszcz [g] 62,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 Sól [g] 4,1
	Dieta biegunkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Kleik ryżowy 300 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Udziec z kurczaka 150 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) Szyńka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml	Banan 150 g Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 147,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 79,2 Węglowodany ogółem [g] 339,8 suma cukrów prostych [g] 63 Tłuszcz [g] 57 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,6 Sól [g] 3,8
	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Dżem 25 g Ser biały 60 g (7) Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata z/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Knedle z jabłkiem 200 g (3) Bukiet warzyw 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Miód 25 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Połędwica Sopocka 30 g	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 133,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 60,9 Węglowodany ogółem [g] 366,7 suma cukrów prostych [g] 77 Tłuszcz [g] 52,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,3 Sól [g] 1,1
	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

2026-03-31 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	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Udziec z kurczaka 150 g (1, 3) 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 Galarełka drobiowa 100 g (9) Połędwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 068,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,4 Węglowodany ogółem [g] 292,2 suma cukrów prostych [g] 62,4 Tłuszcz [g] 63,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 Sól [g] 4
	Niskoresztkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Połędwica Sopocka 40 g Serek homogenizowany naturalny 150 g (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 400 ml (7, 9) Udko duszone z warzywami 200 g (9) Ziemniaki 250 g (7)	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 40 g Dżem 25 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 419,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,9 Węglowodany ogółem [g] 289,2 suma cukrów prostych [g] 54,3 Tłuszcz [g] 92,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,8 Błonnik pokarmowy [g] 14,9 Sól [g] 4,6
2026-04-01 środa	Podstawowa	Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Jajko 50 g (3) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Banan 150 g	Zupa Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1, 7, 9) Naleśniki z kapustą i pieczarkami 2 szt (1, 3, 7) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchwi i jabłka 100 g Sałata zielona ze śmietaną 20 g (7)	Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Ser żółty 30 g (7) Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 922,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 266,1 suma cukrów prostych [g] 57,5 Tłuszcz [g] 67,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 Sól [g] 5,5
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Ser żółty 30 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Pierogi leniwe 200 g (3, 7) Surówka z marchewki i jabłka 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Dżem 25 g Twarożek ze szczypiorkiem 60 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 103,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,1 Węglowodany ogółem [g] 315,5 suma cukrów prostych [g] 78,6 Tłuszcz [g] 61,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Błonnik pokarmowy [g] 17,7 Sól [g] 3,9

2026-04-01 środa	Bogatoresztkowa	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Serek wiejski 200 g (7) Jajko 50 g (3) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jogurt naturalny 100 g (7)	Zupa Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1, 7, 9) naleśniki z kapusta i pieczarkami 2 szt (1, 3, 7) Surówka z kiszanej 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) Twarożek ze szczypiorkiem 70 g (7) Paprykarz szczeciński 50 g (4) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 321,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,5 Węglowodany ogółem [g] 297,7 suma cukrów prostych [g] 75,5 Tłuszcz [g] 83,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Sól [g] 7,5
	Bogatobiałkowa	Salatka jarzynowa 150 g (3, 9) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Bułka weka 100 g (1) Serek Almette 1 szt (7)	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Galantyna drobiowa 100 g (1, 3) Bukiet warzyw 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek ze szczypiorkiem 70 g (7) Szynka gotowana 30 g Pomidor 50 g Herbata z/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 279,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,3 Węglowodany ogółem [g] 317,2 suma cukrów prostych [g] 66,6 Tłuszcz [g] 72,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 Sól [g] 5
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Kisiel b/c 150 ml	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Galantyna drobiowa 100 g (1, 3) Buraczki na ciepło 150 g 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) Serek Almette 1 szt (7) Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 090,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,8 Węglowodany ogółem [g] 268,9 suma cukrów prostych [g] 34,9 Tłuszcz [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 Błonnik pokarmowy [g] 14,4 Sól [g] 4,2
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Serek wiejski 200 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Pierogi leniwe 200 g (3, 7) Warzywa duszone 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	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 z/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 224 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96 Węglowodany ogółem [g] 318,4 suma cukrów prostych [g] 65,4 Tłuszcz [g] 66,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 Błonnik pokarmowy [g] 18 Sól [g] 5,4

2026-04-01 środa	Z ogranicz latwo przysw węgłowodanów	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Ser żółty 30 g (7) Szynka gotowana 30 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) 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) Galantyna drobiowa 100 g (1, 3) Surówka z kiszanej 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) Twarożek ze szczypiorkiem 60 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 194,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,2 Węglowodany ogółem [g] 282,8 suma cukrów prostych [g] 57,2 Tłuszcz [g] 76,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Sól [g] 5,4
	Z ogr latwo przysw węgłowoda i tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Serek wiejski 200 g (7) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Szynka gotowana 30 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 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) Pasta z białek 70 g (3, 7) Połędwica Sopocka 30 g Salata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 171 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,9 Węglowodany ogółem [g] 283,8 suma cukrów prostych [g] 49,8 Tłuszcz [g] 68,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,6 Sól [g] 6,1
	Dieta biegunkowa	Bułka weka 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Połędwica Sopocka 30 g Kleik ryżowy 300 ml	Suchary 20 g (1) Banan 150 g	Zupa jarzynowa z kasza manna 300 ml (1, 9) Ryż z jabłkami 200 g Herbata b/c 250 ml	Kisiel b/c 150 ml Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Masło jednorazowe 10 g (7) Dżem 25 g	Jabłko 150 g Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 996,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 45,4 Węglowodany ogółem [g] 372,8 suma cukrów prostych [g] 64,8 Tłuszcz [g] 38,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2 Błonnik pokarmowy [g] 17,7 Sól [g] 3
	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Dżem 25 g Twarożek z pietruszką 30 g (7) Salata zielona 20 g Herbata z/c 250 ml	Soczek kartonik 200 ml	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Knedle z jabłkiem 200 g (3) Bukiet warzyw 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Salata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml Miód 25 g	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 366,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 63,9 Węglowodany ogółem [g] 429,6 suma cukrów prostych [g] 78,7 Tłuszcz [g] 48,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sól [g] 1

2026-04-01 środa	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
	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 40 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Grysikowa 400 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 40 g Polędwica Sopocka 40 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 826,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 90,3 Węglowodany ogółem [g] 283,4 suma cukrów prostych [g] 64 Tłuszcz [g] 41,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 Sól [g] 4,6
	Niskoresztkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopocka 40 g Dżem 25 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 400 ml (7, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Ziemniaki 250 g (7)	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 40 g Ser biały 70 g (7)	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 195,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 77,8 Węglowodany ogółem [g] 286,4 suma cukrów prostych [g] 53,2 Tłuszcz [g] 75,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Błonnik pokarmowy [g] 14,3 Sól [g] 4,2
2026-04-02 czwartek	Podstawowa	Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Serek wiejski 200 g (7) Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Papryka czerwona 40 g	Mandarynka 80 g	Zupa Pomidorowa z makaronem zabelana 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Pulpet wieprzowy 100 g (1, 3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml kapusta młoda z koperkiem 100 g	Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Ser żółty 30 g (7) Szynka gotowana 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 171 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 109,1 Węglowodany ogółem [g] 258,8 suma cukrów prostych [g] 54,6 Tłuszcz [g] 82,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,1 Sól [g] 6,3

2026-04-02 czwartek	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Pasta z sera białego i koperku 60 g (7) Parówka z indyka 70 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchwi i jabłka 100 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Ser żółty 30 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 088,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,8 Węglowodany ogółem [g] 259,8 suma cukrów prostych [g] 52,1 Tłuszcz [g] 79,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,9 Sól [g] 5,1
	Bogatoresztkowa	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Serek wiejski 200 g (7) Papryka czerwona 40 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Kasza jęczmienna 100 g (1) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchewki i jabłka 100 g Surówka z selera 100 g (3, 7, 9)	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Ser żółty 30 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 994,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104 Węglowodany ogółem [g] 234,6 suma cukrów prostych [g] 50,3 Tłuszcz [g] 77,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 Sól [g] 6,3
	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Serek wiejski 200 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g 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) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchewki i jabłka 100 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Ser żółty 30 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 050,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,8 Węglowodany ogółem [g] 256,1 suma cukrów prostych [g] 49,4 Tłuszcz [g] 70,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Sól [g] 6,5
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz. wydz. soku żół	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Ser biały 60 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Ryż na mleku 300 ml (7)	Galaretka owocowa 150 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Serek homogenizowany naturalny 150 g (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] 2 254 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,5 Węglowodany ogółem [g] 283,2 suma cukrów prostych [g] 44 Tłuszcz [g] 78,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,4 Sól [g] 4,4

2026-04-02 czwartek	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Parówka z indyka 70 g Połudwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Mus owocowy 100 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml 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] 2 017,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,9 Węglowodany ogółem [g] 263,4 suma cukrów prostych [g] 58,2 Tłuszcz [g] 73,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 Błonnik pokarmowy [g] 18,8 Sól [g] 5,1
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Parówka z indyka 70 g Serek wiejski 200 g (7) Papryka czerwona 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z kapusty czerwonej 100 g Surówka z selera 100 g (3, 7, 9)	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Ser żółty 30 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 028,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,5 Węglowodany ogółem [g] 221,7 suma cukrów prostych [g] 53,3 Tłuszcz [g] 86,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Sól [g] 6,7
	Z ogr łatwo przyswaj węglowoda i tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Połudwica Sopocka 30 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml 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	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 950,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 76,9 Węglowodany ogółem [g] 255,3 suma cukrów prostych [g] 50,9 Tłuszcz [g] 71,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,7 Sól [g] 4,8
	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) Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml (1, 7, 9) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g Ziemniaki [Por] x 250 g (7)	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Dżem 25 g Połudwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml Kleik ryżowy 300 ml	Jabłko 150 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 923 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 67 Węglowodany ogółem [g] 318,2 suma cukrów prostych [g] 62,2 Tłuszcz [g] 45,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 Sól [g] 3,6

2026-04-02 czwartek	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Dżem 25 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Polędwica Sopocka 30 g	Jabłko 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 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) Miód 25 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g Szynka gotowana 30 g	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 990,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 54,6 Węglowodany ogółem [g] 357,7 suma cukrów prostych [g] 65,2 Tłuszcz [g] 43,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 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
	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) Udko gotowane z warzywami 170 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 Polędwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 810,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 72,6 Węglowodany ogółem [g] 270,7 suma cukrów prostych [g] 62,8 Tłuszcz [g] 52,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 Sól [g] 4,1
	Niskoresztkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Miód 25 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 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	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Ser biały 60 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 176,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 96,2 Węglowodany ogółem [g] 314 suma cukrów prostych [g] 52,3 Tłuszcz [g] 63,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 Sól [g] 4,2

2026-04-03 piątek	Podstawowa	Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Twarożek z rzodkiewką 60 g (7) Dżem 25 g Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Surówka z marchwi i jabłka 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z kiszanej kapusty 100 g	Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Jajko 50 g (3) Ser żółty 30 g (7) Sałata zielona 20 g Herbata z/c 250 ml	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 770,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 58,8 Węglowodany ogółem [g] 202,2 suma cukrów prostych [g] 65,8 Tłuszcz [g] 76,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,1 Sól [g] 4,2
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Jajko 50 g (3)	Banan 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Ziemniaki 250 g (7) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Kalafior gotowany 15 g Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Dżem 25 g Ser topiony 17,5 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 994,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 56,3 Węglowodany ogółem [g] 278,8 suma cukrów prostych [g] 76,3 Tłuszcz [g] 67,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Błonnik pokarmowy [g] 18,9 Sól [g] 3,2
	Bogatoreszkikowa	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Pasta twarogowo-rybna 60 g (7) Sałata zielona 10 g Jajko 50 g (3) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Pomidor 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1, 7, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Surówka z kiszanej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchewki i jabłka 100 g	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Dżem 25 g Ser żółty 30 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml Rzodkiewka 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 921,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 71,8 Węglowodany ogółem [g] 234,4 suma cukrów prostych [g] 72 Tłuszcz [g] 74,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Sól [g] 4,3
	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) 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) Dżem 25 g	Banan 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Warzywa duszone 150 g (9)	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Jajko 50 g (3) Serek wiejski 200 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 132,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79,9 Węglowodany ogółem [g] 271,3 suma cukrów prostych [g] 67,8 Tłuszcz [g] 75,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Błonnik pokarmowy [g] 18,9 Sól [g] 4,8

2026-04-03 piątek	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz. wydz. soku żół	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Serek homogenizowany naturalny 150 g (7) Sałata zielona 10 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Jajko 50 g (3)	Galaretka owocowa 150 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Warzywa duszone 150 g (9)	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Miód 25 g Twarożek z koperkiem 60 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 343,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,1 Węglowodany ogółem [g] 301,8 suma cukrów prostych [g] 44,3 Tłuszcz [g] 82,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Błonnik pokarmowy [g] 17,4 Sól [g] 3,3
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Pasta z białek (3, 7) Miód 25 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Dżem 25 g Ser biały 60 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 989,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 64,8 Węglowodany ogółem [g] 263,4 suma cukrów prostych [g] 63,2 Tłuszcz [g] 68,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Błonnik pokarmowy [g] 13,4 Sól [g] 3
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Pasta twarogowo-rybna 60 g (7) Sałata zielona 10 g Jajko 50 g (3) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Pomidor 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Mandarynka 100 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Surówka z kiszanej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchewki i jabłka 100 g	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Serek wiejski 200 g (7) Ser żółty 30 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 995,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,9 Węglowodany ogółem [g] 194,2 suma cukrów prostych [g] 54 Tłuszcz [g] 90,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 Sól [g] 7
	Z ogr łatwo przyswaj węglowoda i tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Pasta z białek (3, 7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Serek Almette 1 szt (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Warzywa duszone 150 g (9)	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 938,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 60,8 Węglowodany ogółem [g] 244,5 suma cukrów prostych [g] 45,3 Tłuszcz [g] 73,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 Błonnik pokarmowy [g] 18,1 Sól [g] 3,1

2026-04-03 piątek	Dieta biegunkowa	Bułka weka 80 g (1) Masło extra 15 g (7) 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 (7, 9) Ryż z jabłkami 200 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) 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] 2 030,1 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
	Niskobiałkowa	Masło extra 15 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml Dżem 25 g Chleb bezsolny 120 g (1)	Jabłko 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Bukiet warzyw 150 g Ziemniaki 250 g (7)	Miód 25 g Chleb bezsolny 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml Sałatka jarzynowa 150 g (3, 9)	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 050 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 50,9 Węglowodany ogółem [g] 311,2 suma cukrów prostych [g] 73,9 Tłuszcz [g] 63,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Sól [g] 1,3
	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
	Bezmielczna	Bułka weka 100 g (1) 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 (1, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) 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 Polędwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 849,3 Białko ogółem wg 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

2026-04-03 piątek	Niskoreszkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Dżem 25 g Serek homogenizowany naturalny 150 g (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 400 ml (7, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Ziemniaki 250 g (7) Buraczki na ciepło 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Jajko 50 g (3) Dżem 25 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 403,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 75,6 Węglowodany ogółem [g] 308,2 suma cukrów prostych [g] 70,4 Tłuszcz [g] 90,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,2 Błonnik pokarmowy [g] 17 Sól [g] 3,2
2026-04-04 sobota	Podstawowa	Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Pasta z jaja i wędliny ze szczypiorkiem 70 g (3) Dżem 25 g Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Ogórek świeży 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Kotlet z jajek 100 g (1, 3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka z groszkiem 150 g	Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Pasta twarogowo-rybna 60 g (7) Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml Papryka czerwona 40 g	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 053,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,5 Węglowodany ogółem [g] 289,9 suma cukrów prostych [g] 76,2 Tłuszcz [g] 69,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 Sól [g] 4,6
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Dżem 25 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Pasta z jaja i wędliny ze szczypiorkiem 70 g (3)	Jabłko 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos jarzynowy 100 ml (1, 7, 9) Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Pasta twarogowo-rybna 60 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 310,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,4 Węglowodany ogółem [g] 329,9 suma cukrów prostych [g] 68,2 Tłuszcz [g] 69 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,9 Sól [g] 4,3
	Bogatoreszkowa	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Pasta z jaja i wędliny ze szczypiorkiem 70 g (3) Sałata zielona 10 g Połędwica Sopocka 30 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Pomidor 50 g Ogórek świeży 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Kasza jęczmienna 100 g (1) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos koperkowy 150 ml (1, 7) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Ser żółty 30 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Serek homogenizowany naturalny 120 g (7)	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

2026-04-04 sobota	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Serek Almette 1 szt (7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Sałata masłowa 20 g	Budyń waniliowy b/c 150 ml (7)	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos jarzynowy 100 ml (1, 7, 9) Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Twarożek z pietruszką 60 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 090,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,1 Węglowodany ogółem [g] 279,1 suma cukrów prostych [g] 46,7 Tłuszcz [g] 64,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 Sól [g] 4,4
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żol	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Serek Almette 1 szt (7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Sałata masłowa 20 g	Budyń waniliowy b/c 150 ml (7)	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos jarzynowy 100 ml (1, 7, 9) Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Twarożek z pietruszką 60 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 116,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,6 Węglowodany ogółem [g] 276,8 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 (1) Masło extra 15 g (7) Dżem 25 g Sałata zielona 10 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Polędwica Sopocka 30 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos jarzynowy 100 ml (1, 7, 9) Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Twarożek z pietruszką 60 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 241,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,3 Węglowodany ogółem [g] 338,6 suma cukrów prostych [g] 79 Tłuszcz [g] 58,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,9 Sól [g] 4,3
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Pasta z jaja i wędliny ze szczypiorkiem 70 g (3) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Ogórek świeży 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Pulpet drobiowy 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 kapusty pekińskiej 150 g	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Ser żółty 30 g (7) Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 932,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,6 Węglowodany ogółem [g] 238 suma cukrów prostych [g] 47,1 Tłuszcz [g] 73,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Sól [g] 4,9

2026-04-04 sobota	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowod. i tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Ser biały 60 g (7) Sałata zielona 10 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jogurt naturalny 100 g (7)	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemiaki 250 g (7) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos jarzynowy 100 ml (1, 7, 9) Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Serek Almette 1 szt (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 211,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,6 Węglowodany ogółem [g] 314 suma cukrów prostych [g] 57,1 Tłuszcz [g] 65 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,5 Sól [g] 4,4
	Dieta biegunkowa	Bułka weka 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Kleik ryżowy 300 ml	Szynka gotowana 30 g Jabłko pieczone 120 g	Zupa Grysikowa 300 ml (1, 9) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Herbata b/c 250 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g Ziemiaki 250 g (7)	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Kisiel b/c 150 ml	Jabłko pieczone 120 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 862,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 316 suma cukrów prostych [g] 52,7 Tłuszcz [g] 40,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Błonnik pokarmowy [g] 20,9 Sól [g] 3,4
	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Serek Almette 1 szt (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Dżem 25 g Herbata z/c 250 ml	Jabłko 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemiaki 250 g (7) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g Miód 25 g	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 911,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 68,3 Węglowodany ogółem [g] 301,8 suma cukrów prostych [g] 52,1 Tłuszcz [g] 52,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 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

2026-04-04 sobota	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Polędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 350 ml (1, 9) Pulpet drobiowy 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) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Polędwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 873,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 75,4 Węglowodany ogółem [g] 285 suma cukrów prostych [g] 62,3 Tłuszcz [g] 52,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Błonnik pokarmowy [g] 19,4 Sól [g] 4,1
	Niskoresztkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Ser biały z koperkiem 60 g (7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 350 ml (1, 9) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos koperkowy 150 ml (1, 7)	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Miód 25 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 064,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,5 Węglowodany ogółem [g] 299,3 suma cukrów prostych [g] 43,8 Tłuszcz [g] 60,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 Sól [g] 4
2026-04-05 niedziela	Podstawowa	Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałatka jarzynowa 150 g (3, 9) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Jajko 50 g (3)	struclę z makiem 50 g (1) Mandarynka 80 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z kapusty czerwonej 100 g Surówka z selera 100 g (3, 7, 9)	Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Parówka z indyka 70 g Polędwica Sopocka 30 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml Ogórek świeży 50 g	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 458,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,3 Węglowodany ogółem [g] 308,9 suma cukrów prostych [g] 84,1 Tłuszcz [g] 96,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,1 Sól [g] 6
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Sałatka jarzynowa 150 g (3, 9) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Szynka gotowana 30 g Jajko 50 g (3)	struclę z makiem 50 g (1) Mandarynka 80 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabieleną 400 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Schab duszony 100 g (1) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraka z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Polędwica Sopocka 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] 2 629,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,8 Węglowodany ogółem [g] 351,5 suma cukrów prostych [g] 86 Tłuszcz [g] 94,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Sól [g] 5,8

2026-04-05 niedziela	Bogatoresztkowa	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Serek Almette 1 szt (7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Szynka gotowana 30 g Sałatka jarzynowa 150 g (3, 9) Jajko 50 g (3)	Jabłko 150 g struclę z makiem 50 g (1)	Zupa ogórkowa z ryżem zabieleną 300 ml (7, 9) Kasza jęczmienna 100 g (1) Schab duszony 100 g (1) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g (3, 7, 9)	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 615,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 103,7 Węglowodany ogółem [g] 326,5 suma cukrów prostych [g] 90,2 Tłuszcz [g] 107,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,5 Błonnik pokarmowy [g] 41,8 Sól [g] 7,6
	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Sałatka jarzynowa 150 g (3, 9) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Szynka gotowana 30 g Jajko 50 g (3)	Banan 150 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Schab duszony 100 g (1) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraka z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z jaja i wędliny ze szczypiorkiem 70 g (3) Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 322 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 101,4 Węglowodany ogółem [g] 298,5 suma cukrów prostych [g] 65 Tłuszcz [g] 84,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 Sól [g] 5,6
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Galaretk drobiowa 100 g (9) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Szynka gotowana 30 g Jajko 50 g (3)	Jabłko pieczone 120 g struclę z makiem 50 g (1)	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 Sałatka z buraka z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Galaretk owocowa 150 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 419,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 116,7 Węglowodany ogółem [g] 297,6 suma cukrów prostych [g] 57,7 Tłuszcz [g] 88,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,6 Sól [g] 5
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Galaretk drobiowa 100 g (9) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Szynka gotowana 30 g	Soczek kartonik 200 ml	Zupa Pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Schab duszony 100 g (1) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Buraczki na ciepło 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 112,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 102,5 Węglowodany ogółem [g] 276 suma cukrów prostych [g] 62,1 Tłuszcz [g] 69,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Błonnik pokarmowy [g] 16,8 Sól [g] 4,6

2026-04-05 niedziela	Z ograniczyć łatwo przysw. węglowodanów	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Sałatka jarzynowa 150 g (3, 9) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Szynka gotowana 30 g Jajko 50 g (3)	Mandarynka 80 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Schab duszony 100 g (1) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g (3, 7, 9)	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Parówka z indyka 70 g Herbata b/c 250 ml Rzodkiewka 20 g Sałata zielona 10 g	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 074,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 96,4 Węglowodany ogółem [g] 258,5 suma cukrów prostych [g] 65,8 Tłuszcz [g] 80,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,5 Sól [g] 5,5
	Z ogr łatwo przysw. węglowoda i tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Galaretki drobiowa 100 g (9) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Szynka gotowana 30 g	Jabłko 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Schab duszony 100 g (1) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałata z buraka z olejem 150 g Sos jarzynowy 100 ml (1, 7, 9)	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 178,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 105,7 Węglowodany ogółem [g] 286,7 suma cukrów prostych [g] 56,1 Tłuszcz [g] 71,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 4,6
	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	Banan 150 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 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) Masło jednorazowe 10 g (7) Dżem 25 g Połędwica Sopocka 30 g	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 886,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 77,3 Węglowodany ogółem [g] 302,4 suma cukrów prostych [g] 60,3 Tłuszcz [g] 44,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,2 Sól [g] 3,3
	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Sałatka jarzynowa 150 g (3, 9) Sałata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml Połędwica Sopocka 30 g	Jabłko 150 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Bukiet warzyw 150 g Ziemniaki 250 g (7)	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml Szynka gotowana 30 g Serek Almette 1 szt (7)	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 034 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 86,5 Węglowodany ogółem [g] 297,7 suma cukrów prostych [g] 62,7 Tłuszcz [g] 60,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 Sól [g] 2,5

2026-04-05 niedziela	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
	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Sałatka jarzynowa 1 Por Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Grysikowa 400 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 Polędwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 791,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 84,4 Węglowodany ogółem [g] 283,2 suma cukrów prostych [g] 64 Tłuszcz [g] 40,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 Sól [g] 4,1
	Niskoresztkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopocka 40 g Serek homogenizowany naturalny 150 g (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 350 ml (1, 9) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Buraczki na ciepło 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 40 g Dżem 25 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 325,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 108 Węglowodany ogółem [g] 304,1 suma cukrów prostych [g] 61,4 Tłuszcz [g] 79 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Błonnik pokarmowy [g] 18,2 Sól [g] 4,6
2026-04-06 poniedziałek	Podstawowa	Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Ser żółty 30 g (7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Ogórek kiszony 50 g	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Schab duszony 100 g (1) Surówka z białej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Ziemniaki 250 g (7) Surówka z marchwi i jabłka 100 g	Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Jajko 50 g (3) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Herbata z/c 250 ml Pomidor 50 g	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 153,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 102,3 Węglowodany ogółem [g] 300,6 suma cukrów prostych [g] 84,9 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Sól [g] 5,7

2026-04-06 poniedziałek	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Ser żółty 30 g (7)	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 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	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Jajko 50 g (3) Sałata masłowa 20 g Herbata z/c 250 ml Pomidor 50 g	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 077,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 100,9 Węglowodany ogółem [g] 293,8 suma cukrów prostych [g] 77,3 Tłuszcz [g] 59,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,4 Sól [g] 4,5
	Bogatoresztkowa	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Ser żółty 30 g (7) Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Rzodkiewka 20 g	Banan 150 g	Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ryż brązowy 100 g Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 150 g	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Jajko 50 g (3) Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 996,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 98,8 Węglowodany ogółem [g] 270,2 suma cukrów prostych [g] 64,1 Tłuszcz [g] 64,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 Sól [g] 4,2
	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Ser żółty 30 g (7)	Jogurt naturalny 100 g (7)	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 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	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Jajko 50 g (3) Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 004,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 103,9 Węglowodany ogółem [g] 267,8 suma cukrów prostych [g] 54,4 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Błonnik pokarmowy [g] 16,9 Sól [g] 4,7
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz. wydz. soku żół	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) 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) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Buraczki na ciepło 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Jajko 50 g (3) Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 883,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 91 Węglowodany ogółem [g] 247,8 suma cukrów prostych [g] 42,8 Tłuszcz [g] 61,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 Błonnik pokarmowy [g] 16,9 Sól [g] 4,2

2026-04-06 poniedziałek	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Serek Almette 1 szt (7) Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 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	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Pasta z białek 70 g (3, 7) Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 002,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,5 Węglowodany ogółem [g] 274,1 suma cukrów prostych [g] 61 Tłuszcz [g] 61,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Błonnik pokarmowy [g] 18,1 Sól [g] 4,1
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Ser żółty 30 g (7) Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Rzodkiewka 20 g	Mandarynka 100 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Kalafior gotowany 100 g Ziemniaki 250 g (7) Sałatka z buraczka i jabłka 150 g	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Jajko 50 g (3) Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 805 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,4 Węglowodany ogółem [g] 231,7 suma cukrów prostych [g] 54,9 Tłuszcz [g] 59,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Sól [g] 4,3
	Z ogr łatwo przyswaj węglowoda i tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Pasta z białek 70 g (3, 7) Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 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	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Serek Almette 1 szt (7) Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 982,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,3 Węglowodany ogółem [g] 267,7 suma cukrów prostych [g] 54,7 Tłuszcz [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,6 Sól [g] 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 Grysikowa 400 ml (1, 9) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Herbata b/c 250 ml Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Dżem 25 g	Jabłko pieczone 120 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 686,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 270,4 suma cukrów prostych [g] 61,7 Tłuszcz [g] 42,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,7 Sól [g] 3,5

2026-04-06 poniedziałek	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Dżem 25 g Herbata z/c 250 ml	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 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	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Szynka gotowana 300 g Dżem 25 g	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 331,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 138 Węglowodany ogółem [g] 329,6 suma cukrów prostych [g] 92,1 Tłuszcz [g] 56,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,8 Sól [g] 6,1
	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
	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Połudwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 350 ml (1, 9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 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 Szynka gotowana 30 g Dżem 25 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] 1 868,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,3 Węglowodany ogółem [g] 281 suma cukrów prostych [g] 67,8 Tłuszcz [g] 48,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,3 Sól [g] 4,1
	Niskoresztkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Galaretką drobiowa 100 g (9) Połudwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 350 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) Szynka gotowana 40 g Ser biały 60 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7)	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 234,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,3 Węglowodany ogółem [g] 308,3 suma cukrów prostych [g] 66,2 Tłuszcz [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 Sól [g] 4,3

2026-04-07 wtorek	Podstawowa	Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Pasta twarogowo-rybna 70 g (7) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Ryż 100 g Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi i jabłka 100 g	Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g Serek Almette 1 szt (7)	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 337,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,3 Węglowodany ogółem [g] 297,3 suma cukrów prostych [g] 55,7 Tłuszcz [g] 91,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Błonnik pokarmowy [g] 30 Sól [g] 5,3
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Ser żółty 30 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Szynka gotowana 30 g	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udziec z kurczaka 150 g (1, 3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g Brokuł gotowany 100 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 217,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,6 Węglowodany ogółem [g] 294,9 suma cukrów prostych [g] 54,8 Tłuszcz [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,3 Sól [g] 5
	Bogatorozsikowa	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Pasta twarogowo-rybna 70 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Szynka gotowana 30 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jogurt naturalny 100 g (7)	Zupa Pomidorowa 300 ml (9) Kasza jęczmienna 100 g (1) Udki gotowane z warzywami 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g (3, 7, 9)	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Serek wiejski 200 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 132,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127,8 Węglowodany ogółem [g] 244,3 suma cukrów prostych [g] 62,7 Tłuszcz [g] 78,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Sól [g] 7,1
	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7)	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udziec z kurczaka 150 g (1, 3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g Brokuł gotowany 100 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połudwica Sopocka 40 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 218,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,3 Węglowodany ogółem [g] 290,5 suma cukrów prostych [g] 49,3 Tłuszcz [g] 71,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 Błonnik pokarmowy [g] 24 Sól [g] 4,8

2026-04-07 wtorek	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz. wydz. soku żołą	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Ser biały 60 g (7)	Budyń o smaku waniliowym 150 g (7)	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udziec z kurczaka 150 g (1, 3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 170,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 109,7 Węglowodany ogółem [g] 269,7 suma cukrów prostych [g] 38,9 Tłuszcz [g] 72,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 Błonnik pokarmowy [g] 17,7 Sól [g] 4,7
	Łatwość z ogranicz tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Dżem 25 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udziec z kurczaka 150 g (1, 3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Ser biały 60 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 343,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 110,7 Węglowodany ogółem [g] 326,3 suma cukrów prostych [g] 61,7 Tłuszcz [g] 71,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,2 Sól [g] 4,6
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Pasta twarogowo-rybna 60 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Szyńka gotowana 30 g	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udziec z kurczaka 150 g (1, 3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g (3, 7, 9)	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Ogórek świeży 50 g	Serek wiejski 200 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 257,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 128,8 Węglowodany ogółem [g] 261,8 suma cukrów prostych [g] 59,2 Tłuszcz [g] 84,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Sól [g] 6,2
	Z ogr łatwo przyswaj węglowoda i tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Dżem 25 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udziec z kurczaka 150 g (1, 3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Ser biały 60 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 090,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99 Węglowodany ogółem [g] 288,8 suma cukrów prostych [g] 51,6 Tłuszcz [g] 64,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 Sól [g] 4,4

2026-04-07 wtorek	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	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml (1, 7, 9) Udziec z kurczaka 150 g (1, 3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Dżem 25 g	Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Połudwica Sopocka 30 g Kleik ryżowy 300 ml	Banan 150 g Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 268,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 378,8 suma cukrów prostych [g] 65 Tłuszcz [g] 51,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Sól [g] 3,8
	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Połudwica Sopocka 30 g	Jabłko pieczone 120 g Miód 25 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Knedle z jabłkiem 200 g (3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g Kalafior gotowany 50 g	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z pietruszką 60 g (7) Dżem 25 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 111,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 365,3 suma cukrów prostych [g] 63,2 Tłuszcz [g] 49,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 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
	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 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 Połudwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 800,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 82,7 Węglowodany ogółem [g] 270,2 suma cukrów prostych [g] 62,6 Tłuszcz [g] 47,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Sól [g] 4

2026-04-07 wtorek	Niskoreszkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Połudwica Sopocka 40 g Serek homogenizowany naturalny 150 g (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 350 ml (1, 9) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Buraczki na ciepło 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 40 g Dżem 25 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 325,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 108 Węglowodany ogółem [g] 304,1 suma cukrów prostych [g] 61,4 Tłuszcz [g] 79 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Błonnik pokarmowy [g] 18,2 Sól [g] 4,6
2026-04-08 środa	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb pszenny 60 g (1) Chleb graham 30 g (1) Szynka gotowana 30 g Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 10 g Rzodkiewka 20 g	Banan 150 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabeliana 300 ml (7, 9) Kasza jęczmienna 100 g (1) Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Surówka z kapusty czerwonej 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Pulpet wieprzowy 100 g (1, 3) Sos pieczarkowy 150 ml (1, 7)	Herbata b/c 250 ml Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 30 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Ser żółty 30 g (7) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 160,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 94,3 Węglowodany ogółem [g] 270,1 suma cukrów prostych [g] 53,1 Tłuszcz [g] 84 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 Sól [g] 5,8
	Łatwostrawna	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Parówka z indyka 70 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7)	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 200 g (7) Bukiet warzyw 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Pulpet drobiowy 100 g (1, 3)	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Serek Almette 1 szt (7) Połudwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 300,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99,4 Węglowodany ogółem [g] 314,5 suma cukrów prostych [g] 60,5 Tłuszcz [g] 75,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,7 Sól [g] 5
	Bogatorreszkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 90 g (1) Szynka gotowana 30 g Parówka z indyka 70 g Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 20 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabeliana 300 ml (7, 9) Kasza jęczmienna 100 g (1) Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Surówka z kapusty czerwonej 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Pulpet wieprzowy 100 g (1, 3)	Herbata b/c 250 ml Chleb graham 90 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Serek Almette 1 szt (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 186,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 90,6 Węglowodany ogółem [g] 268,4 suma cukrów prostych [g] 53 Tłuszcz [g] 88,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Sól [g] 5,4

2026-04-08 środa	Bogatobiałkowa	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) Szynka gotowana 30 g Parówka z indyka 70 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 200 g (7) Bukiet warzyw 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Pulpet drobiowy 100 g (1, 3)	Herbata b/c 250 ml Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Rzodkiewka 20 g Serek Almette 1 szt (7) Sałata zielona 20 g	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 302 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,3 Węglowodany ogółem [g] 315,1 suma cukrów prostych [g] 60,5 Tłuszcz [g] 75,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,2 Sól [g] 5
	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 Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Warzywa duszone 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Pulpet drobiowy 100 g (1, 3)	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Ser biały 60 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Sałata zielona 20 g	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 261,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,6 Węglowodany ogółem [g] 301,9 suma cukrów prostych [g] 51,9 Tłuszcz [g] 75,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 Błonnik pokarmowy [g] 19,7 Sól [g] 5
	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 Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Pulpet drobiowy 100 g (1, 3)	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Sałata zielona 20 g	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 292,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,4 Węglowodany ogółem [g] 313,6 suma cukrów prostych [g] 56,5 Tłuszcz [g] 71,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Sól [g] 5
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 90 g (1) Szynka gotowana 30 g Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g	Jabłko 150 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabeliana 300 ml (7, 9) Kasza jęczmienna 100 g (1) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Sos koperkowy 150 ml (1, 7) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z selera 100 g (3, 7, 9)	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 90 g (1) Galaretką drobiowa 100 g (9) Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 052,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,9 Węglowodany ogółem [g] 237,8 suma cukrów prostych [g] 43,7 Tłuszcz [g] 85,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Sól [g] 5,1

2026-04-08 środa	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 Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Sos koperkowy 150 ml (1, 7) Warzywa duszone 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Pulpet drobiowy 100 g (1, 3)	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Galaretk. drobiowa 100 g (9) Połędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 180,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 104,5 Węglowodany ogółem [g] 285,8 suma cukrów prostych [g] 43,4 Tłuszcz [g] 73,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 Błonnik pokarmowy [g] 21 Sól [g] 5
	Dieta biegunkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Dżem 25 g Połędwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml Kleik ryżowy 300 ml	Banan 150 g Suchary 20 g (1)	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy z/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Połędwica Sopocka 30 g Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 2 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 120,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 71,1 Węglowodany ogółem [g] 361,8 suma cukrów prostych [g] 74 Tłuszcz [g] 46 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Błonnik pokarmowy [g] 22,6 Sól [g] 3,7
	Niskobiałkowa	Herbata z/c 250 ml Masło extra 15 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Dżem 25 g Szynka gotowana 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Sos koperkowy 150 ml (1, 7) Warzywa duszone 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Dżem 25 g Pulpet drobiowy 100 g (1, 3)	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Galaretk. drobiowa 100 g (9) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 092,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 86,9 Węglowodany ogółem [g] 330,3 suma cukrów prostych [g] 72,7 Tłuszcz [g] 52,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Sól [g] 1,3
	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

2026-04-08 środa	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) 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	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 800,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,7 Węglowodany ogółem [g] 270,2 suma cukrów prostych [g] 62,6 Tłuszcz [g] 47,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Sól [g] 4
	Niskoresztkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Połędwica Sopocka 40 g Serek homogenizowany naturalny 150 g (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 350 ml (1, 9) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Buraczki na ciepło 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 40 g Dżem 25 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 325,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108 Węglowodany ogółem [g] 304,1 suma cukrów prostych [g] 61,4 Tłuszcz [g] 79 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Błonnik pokarmowy [g] 18,2 Sól [g] 4,6
2026-04-09 czwartek	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Chleb pszenny 40 g (1) Połędwica Sopocka 30 g Jajko 50 g (3) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Masło extra 15 g (7) Chleb graham 80 g (1)	Mandarynka 80 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynch 150 g (9) Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 30 g (1) Paszтет drobiowy 50 g Ser biały 60 g (7) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 073,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,4 Węglowodany ogółem [g] 255,1 suma cukrów prostych [g] 55,4 Tłuszcz [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Sól [g] 4,4
	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) Połędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabelana 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Sos koperkowy 150 ml (1, 7) Zrazik drobiowy 100 g (1, 3) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Ser żółty 30 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 353,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,8 Węglowodany ogółem [g] 338,8 suma cukrów prostych [g] 87,9 Tłuszcz [g] 73,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 Sól [g] 4,6

2026-04-09 czwartek	Bogatoresztkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 90 g (1) Połędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Ser żółty 30 g (7) Pomidor 50 g	Mandarynka 100 g	Zupa Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (1, 7, 9) Kasza jęczmienna 150 g (1) Filet z kurczaka gotowany w jarzynch 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 90 g (1) Pasta z sera białego i szczypiorku 60 g (7) Paszтет drobiowy 50 g Sałata masłowa 20 g Ogórek świeży 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 048,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,7 Węglowodany ogółem [g] 271,2 suma cukrów prostych [g] 48,7 Tłuszcz [g] 67,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Sól [g] 4,4
	Bogatobiałkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Połędwica Sopocka 30 g Jajko 50 g (3) Papryka czerwona 40 g	Banan 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabelana 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Zrazik drobiowy 100 g (1, 3) Buraczki na ciepło 150 g 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) Paszтет drobiowy 50 g Ser biały 60 g (7) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 155,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,8 Węglowodany ogółem [g] 280,1 suma cukrów prostych [g] 68 Tłuszcz [g] 78,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 Sól [g] 4,5
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	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) Połędwica Sopocka 30 g Jajko 50 g (3) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Grysikowa 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Sos koperkowy 150 ml (1, 7) Galantyna drobiowa 100 g (1, 3) Warzywa duszone 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Ser biały 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 253,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,5 Węglowodany ogółem [g] 328,9 suma cukrów prostych [g] 55,2 Tłuszcz [g] 60,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,1 Sól [g] 4,4
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	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) Połędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Sałata zielona 20 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabelana 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Sos koperkowy 150 ml (1, 7) Galantyna drobiowa 100 g (1, 3) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy z/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Ser biały 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 350,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,7 Węglowodany ogółem [g] 352,6 suma cukrów prostych [g] 87,6 Tłuszcz [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,4 Sól [g] 4,2

2026-04-09 czwartek	Z ograniczyć łatwo przysw. węglowodanów	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 90 g (1) Polędwica Sopocka 30 g Ogórek kiszony 50 g Ser żółty 30 g (7) Papryka czerwona 40 g	Mandarynka 100 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Sos koperkowy 150 ml (1, 7) Zrazik drobiowy 100 g (1, 3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z kapusty czerwonej 100 g Surówka z selera 100 g (3, 7, 9)	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 90 g (1) Pasta z sera białego z cebulką 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Ogórek świeży 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 883,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 93 Węglowodany ogółem [g] 213,8 suma cukrów prostych [g] 48,5 Tłuszcz [g] 78,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,3 Sól [g] 4,9
	Z ogr łatwo przysw. węglowoda i tłuszczu	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Polędwica Sopocka 30 g Serek Almette 1 szt (7) Sałata zielona 20 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Sos koperkowy 150 ml (1, 7) Galantyna drobiowa 100 g (1, 3) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Ser biały 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 087 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 92,1 Węglowodany ogółem [g] 288,7 suma cukrów prostych [g] 55,4 Tłuszcz [g] 65,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 Błonnik pokarmowy [g] 18,1 Sól [g] 4,2
	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	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml (1, 7, 9) Galantyna drobiowa 100 g (1, 3) Herbata b/c 250 ml Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Polędwica Sopocka 30 g Masło jednorazowe 10 g (7) Dżem 25 g	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 796,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 68,4 Węglowodany ogółem [g] 293,1 suma cukrów prostych [g] 61,8 Tłuszcz [g] 43,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,5 Sól [g] 3,4
	Niskobiałkowa	Herbata b/c 250 ml Masło extra 15 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Polędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1, 7, 9) Naleśnik z jabłkiem 2 szt (1, 3, 7) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Bukiet warzyw 150 g	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Miód 25 g Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 839,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 57,9 Węglowodany ogółem [g] 335,8 suma cukrów prostych [g] 79,2 Tłuszcz [g] 34,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 Sól [g] 1,3

2026-04-09 czwartek	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
	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 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	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 800,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 82,7 Węglowodany ogółem [g] 270,2 suma cukrów prostych [g] 62,6 Tłuszcz [g] 47,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Sól [g] 4
	Niskoresztkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Połędwica Sopocka 40 g Serek homogenizowany naturalny 150 g (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 350 ml (1, 9) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Buraczki na ciepło 150 g	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 40 g Dżem 25 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 325,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 108 Węglowodany ogółem [g] 304,1 suma cukrów prostych [g] 61,4 Tłuszcz [g] 79 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Błonnik pokarmowy [g] 18,2 Sól [g] 4,6

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,*