

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	Pn	SUMA
2026-05-04 poniedziałek	Podstawowa	Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Twarożek z koperkiem 60 g (7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Ogórek kiszony 50 g	Jabłko 150 g	Żurek z ziemniakami 300 ml (1, 6, 7, 9) Gołąbki mięsne z ryżem i sosem pomidorowym 150 g (1, 7) Brokuł gotowany 50 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	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	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 098,3 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 87,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 323,4 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 75,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 56,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 27,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,7 <b>Sól [g]</b> 5
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Ser żółty 30 g (7)	Jabłko 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 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) Szynka gotowana 30 g Jajko 50 g (3) Sałata masłowa 20 g Herbata z/c 250 ml Pomidor 50 g	Soczek kartonik 200 ml	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 043,4 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 94,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 266,8 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 64,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 70,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 30,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,6 <b>Sól [g]</b> 4,6
	Bogatoraznkowa	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	Jabłko 150 g	Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (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	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 032 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 95,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 258,2 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 57,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 75,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 30,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 35,8 <b>Sól [g]</b> 4,3

2026-05-04 poniedziałek	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Ser żółty 30 g (7)	Jabłko 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynch 150 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) Szynka gotowana 30 g Jajko 50 g (3) Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Soczek kartonik 200 ml	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 070,5 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 94,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 264,4 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 61,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 75 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 30,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21,1 <b>Sól [g]</b> 4,6
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żol	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Połudwica 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 jarzynch 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)	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 952,4 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 91 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 247,9 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 42,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 68,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 30,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 16,9 <b>Sól [g]</b> 4,2
	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 Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynch 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka gotowana z olejem 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	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 026,4 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 90,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 261,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 59,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 72,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,1 <b>Sól [g]</b> 4,2
	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	Jabłko 150 g	Żurek z ziemniakami 300 ml (1, 6, 7, 9) Gołąbki mięsne z ryżem i sosem pomidorowym 150 g (1, 7) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Kalafior gotowany 50 g	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Jajko 50 g (3) Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Mus warzywny 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 936 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 78,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 282,8 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 55,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 59,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,4 <b>Sól [g]</b> 4,2

2026-05-04 poniedziałek	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowod. 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 Koperkowa z ryżem 300 ml (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	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 993,9 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 90,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 251,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 53,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 18 <b>Sól [g]</b> 4
	Dieta biegunkowa	Bułka weka 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Szynka gotowana 30 g Kleik ryżowy 300 ml	Jabłko pieczone 120 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 Wafle ryżowe 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 919,4 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 68,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 306,9 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 54,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 50,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,7 <b>Sól [g]</b> 3,5
	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Serek Almette 1 szt (7) Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Połudwica Sopocka 30 g Herbata z/c 250 ml	Jabłko 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) kluski śląskie 250 g (3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Bukiet warzyw 150 g	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Twarożek z koperkiem 60 g (7) Miód 25 g	Mus warzywny 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 937,7 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 57 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 322 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 48 <b>Tłuszcz [g]</b> 50,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 26,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26 <b>Sól [g]</b> 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)	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 302,2 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 21,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 263,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 1,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 14,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 3,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 17,8 <b>Sól [g]</b> 1,2

2026-05-04 poniedziałek	Bezmleczna	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 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) 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 Dżem 25 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Mus owocowy 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 926,4 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 84,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 280 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 65,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 56,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,8 <b>Sól [g]</b> 4,2
2026-05-05 wtorek	Podstawowa	Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica 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	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 337,3 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 92,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 297,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 55,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 91,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30 <b>Sól [g]</b> 5,3
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Serek wiejski 200 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) Polędwica 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	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 319,2 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 121,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 301,5 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 61,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 74,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 25,3 <b>Sól [g]</b> 6,2
	Bogatoreszkowa	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) 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 kiszony 50 g	Serek wiejski 200 g (7)	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 335,3 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 140,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 265,5 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 62 <b>Tłuszcz [g]</b> 86,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33,4 <b>Sól [g]</b> 7,4

2026-05-05 wtorek	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka 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) Polędwica 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	Jogurt naturalny 100 g (7)	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 202,3 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 113,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 290,5 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 49,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 70,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 24 <b>Sól [g]</b> 4,6
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	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)	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 167,3 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 109,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 269,7 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 38,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 17,7 <b>Sól [g]</b> 4,7
	Łatwostr z ogranicz 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)	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 086,7 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 99 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 288,8 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 51,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 63,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 26,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,4 <b>Sól [g]</b> 4,4
	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 Almette 1 szt (7)	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 131,2 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 104,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 256,2 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 53,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 82,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,7 <b>Sól [g]</b> 4,5

2026-05-05 wtorek	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowod. 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) Galaretki drobiowa 100 g (9)	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)	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 162,2 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 113,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 279,9 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 43,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 69,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 28,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,6 <b>Sól [g]</b> 4,5
	Dieta biegunkowa	Bułka weka 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Szyńka 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) Polędwica Sopocka 30 g Kleik ryżowy 300 ml	Banan 150 g Wafle ryżowe 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 264,7 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 83 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 378,8 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 65 <b>Tłuszcz [g]</b> 51,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 24,8 <b>Sól [g]</b> 3,8
	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Polędwica 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	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 102,4 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 62,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 363,4 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 61,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 49,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,2 <b>Sól [g]</b> 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)	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 302,2 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 21,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 263,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 1,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 14,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 3,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 17,8 <b>Sól [g]</b> 1,2

2026-05-05 wtorek	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Galaretki drobiowa 100 g (9) 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	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 944,5 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 97 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 261,2 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 54,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 61 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 24,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,3 <b>Sól [g]</b> 4,3
2026-05-06 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 Pomidor 50 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)	Rzodkiewka 20 g Herbata b/c 250 ml Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 30 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Ser żółty 30 g (7) Sałata masłowa 20 g	Jogurt morelowy 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 160,9 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 94,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 270,2 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 53,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 84 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26,6 <b>Sól [g]</b> 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	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 200 g (7) Sałatka z buraczka i jabłka 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9)	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Serek Almette 1 szt (7) Połędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 308,4 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 87,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 286 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 60,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 94 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,2 <b>Sól [g]</b> 5
	Bogatoresztkowa	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) Papryka czerwona 60 g	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)	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 203,2 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 91,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 271,7 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 55,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 89,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 39,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30,5 <b>Sól [g]</b> 5,4

2026-05-06 środa	Bogatobiałkowa	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 10 g	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 200 g (7) Sałatka z buraczka i jabłka 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9)	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	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 310,1 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 87,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 286,6 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 60,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 94 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,7 <b>Sól [g]</b> 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 Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9)	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 naturalny 100 g (7)	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 299,7 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 113,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 291,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 51,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 79,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,6 <b>Sól [g]</b> 5,2
	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	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 Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9)	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	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 286,9 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 98,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 280,6 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 48,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 89,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,8 <b>Sól [g]</b> 4,9
	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 Rzodkiewka 20 g	Jabłko 150 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną 300 ml (7, 9) Kasza jęczmienna 100 g (1) Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z selera 100 g (3, 9)	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 90 g (1) Galaretka drobiowa 100 g (9) Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 113,7 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 94 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 230,9 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 44,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 97,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30,5 <b>Sól [g]</b> 5,2

2026-05-06 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) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9)	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	Jogurt naturalny 100 g (7)	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 416,9 <b>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]</b> 105,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 292,4 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 46,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 96 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,3 <b>Sól [g]</b> 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	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 116,6 <b>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]</b> 71,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 361,8 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 74 <b>Tłuszcz [g]</b> 45,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,6 <b>Sól [g]</b> 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 Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9) Serek Almette 1 szt (7)	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Miód 25 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Soczek kartonik 200 ml	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 332,5 <b>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]</b> 73,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 348,2 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 66,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 76,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 25,8 <b>Sól [g]</b> 1,5
	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)	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 1 172,5 <b>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]</b> 14,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 251,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 0,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 7,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 2,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 10,3 <b>Sól [g]</b> 1,3

2026-05-06 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 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	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 869 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 82,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 270,2 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 62,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 54,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,2 <b>Sól [g]</b> 4,1
	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)	Banan 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 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 Twarożek ze szczypiorkiem 60 g (7) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt morelowy 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 285,1 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 107,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 274 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 70,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 89,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 25,5 <b>Sól [g]</b> 4,4
2026-05-07 czwartek	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	Banan 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Pulpet 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	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 197,2 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 92,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 336 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 94 <b>Tłuszcz [g]</b> 57,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 18,9 <b>Sól [g]</b> 4,5
	Bogatoreszkowa	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) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchewki i jabłka 100 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 szczypiorkiem 60 g (7) Paszтет drobiowy 50 g Sałata masłowa 20 g Ogórek świeży 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 147,7 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 96,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 279,9 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 48,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 78,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32 <b>Sól [g]</b> 4,3

2026-05-07 czwartek	Bogatobiałkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Połudwica Sopocka 30 g Jajko 50 g (3) Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Pulpet 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) Szynka gotowana 30 g Ser biały 60 g (7) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt morelowy 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 1 972,6 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 96,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 282,6 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 67,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 55,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 27 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,4 <b>Sól [g]</b> 4,1
	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) Połudwica 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) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Ser biały 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 109,1 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 104,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 303,5 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 56,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 57,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 27,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,4 <b>Sól [g]</b> 4,3
	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) Połudwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Sałata zielona 20 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Pulpet drobiowy 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)	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 161,9 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 98 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 326,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 86,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 55,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 28,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 18,3 <b>Sól [g]</b> 4,1
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 90 g (1) Połudwica Sopocka 30 g Ogórek kiszony 50 g Ser żółty 30 g (7) Papryka czerwona 40 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Mandarynka 100 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynch 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Fasolka szparagowa gotowana 100 g Surówka z marchewki i jabłka 100 g	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)	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 011,9 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 112 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 231,4 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 56,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 77 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,7 <b>Sól [g]</b> 5,1

2026-05-07 czwartek	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) Połudwica 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) Pulpet 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 biały 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 1 999 <b>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]</b> 90,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 278,5 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 55,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 61 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 17,8 <b>Sól [g]</b> 4,1
	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) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Herbata b/c 250 ml Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Połudwica Sopocka 30 g Masło jednorazowe 10 g (7) Dżem 25 g	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 1 744,2 <b>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]</b> 66,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 282,9 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 61,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 42,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,2 <b>Sól [g]</b> 3,4
	Niskobiałkowa	Herbata b/c 250 ml Masło extra 15 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Połudwica 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	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 1 839,2 <b>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]</b> 57,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 335,8 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 79,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 34,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26,3 <b>Sól [g]</b> 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)	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 1 172,5 <b>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]</b> 14,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 251,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 0,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 7,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 2,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 10,3 <b>Sól [g]</b> 1,3

2026-05-07 czwartek	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 manną 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	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 869 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 82,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 270,2 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 62,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 54,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,2 <b>Sól [g]</b> 4,1
	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Sałatka jarzynowa 150 g (3, 9) Jajko 50 g (3) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa Barszcz ukraiński 300 ml (9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Surówka z kiszanej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchwi i jabłka 100 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Ser żółty 30 g (7) Pasta z jaja i wędliny ze szczypiorkiem 70 g (3) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g	Jogurt morelowy 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 233,9 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 79 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 289,6 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 70 <b>Tłuszcz [g]</b> 84,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 28,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 44,1 <b>Sól [g]</b> 5,8
2026-05-08 piątek	Łatwostrawna	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Sałatka jarzynowa 150 g (3, 9) Jajko 50 g (3) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Sałatka z buraka z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml Bułka weka 100 g (1) Paszтет drobiowy 50 g Ser żółty 30 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g	Jogurt morelowy 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 190,3 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 62,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 280,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 64,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 87,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 25,8 <b>Sól [g]</b> 5,1
	Bogatobiałkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 90 g (1) Pasta z sera białego z cebulką 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7) Ogórek kiszony 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Surówka z kiszanej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 100 g	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 90 g (1) Ser żółty 30 g (7) Jajko 50 g (3) Sałata masłowa 20 g Papryka czerwona 40 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 043 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 81,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 233,7 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 58,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 83,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26,6 <b>Sól [g]</b> 5,4

2026-05-08 piątek	Bogatobiałkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 30 g (1) Salatka jarzynowa 1 Por Jajko 50 g (3) Salata masłowa 20 g Pomidor 50 g Chleb pszenny 60 g (1) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7)	Banan 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Salatka z buraka z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Salata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 203,4 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 86,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 288,7 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 68,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 73,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21,2 <b>Sól [g]</b> 3,7
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żol	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Pasta z sera białego i koperku 60 g (7) Salata masłowa 20 g Pomidor 50 g Szynka gotowana 30 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Grysikowa 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml Bułka weka 100 g (1) Jajko na miękko 50 g (3) Połudwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Salata masłowa 20 g	Galaretka owocowa 150 ml	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 055,1 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 77,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 292,2 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 53,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 58,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 24,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,8 <b>Sól [g]</b> 3,8
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Bułka weka 100 g (1) Pasta z sera białego i koperku 60 g (7) Dżem 25 g Salata zielona 10 g	Jabłko pieczone 120 g	Buraczki na ciepło 150 g Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml Bułka weka 100 g (1) Pomidor 50 g salata zielona 10 g Pasta z bialek 70 g (3, 7) Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7) Szynka gotowana 30 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 167 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 82,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 310,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 76,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 62,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 24,5 <b>Sól [g]</b> 3,8
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 90 g (1) Jajko 50 g (3) Salatka jarzynowa 150 g (3, 9) Ogórek kiszony 50 g Papryka czerwona 40 g Salata masłowa 20 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Surówka z kiszonej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchewki i jabłka 100 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 90 g (1) Ser żółty 30 g (7) Połudwica Sopocka 30 g Ogórek świeży 50 g Salata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 067,1 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 70,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 248,7 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 62,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 86,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36,1 <b>Sól [g]</b> 6

2026-05-08 piątek	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowod. i 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) Pasta z sera białego i koperku 60 g (7) Sałata masłowa 20 g Szynka gotowana 30 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Warzywa duszone 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Buraczki na ciepło 150 g	Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml Bułka weka 100 g (1) Dżem 25 g Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 179,9 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 75,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 308,2 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 70,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 67,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 28,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,9 <b>Sól [g]</b> 4,1
	Dieta biegunkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Połudwica Sopočka 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Kleik ryżowy 300 ml	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Ryż z jabłkami 200 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 2 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 984,3 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 48,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 364,6 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 71,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 40,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,4 <b>Sól [g]</b> 3
	Niskobiałkowa	Herbata b/c 250 ml Masło extra 15 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Pasta z sera białego i koperku 60 g (7) Dżem 25 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 100 g	Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml Chleb bezsolny 120 g (1) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Miód 25 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g	Mus warzywny 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 028,7 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 58,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 297,9 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 59,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 61,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 24,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 24,2 <b>Sól [g]</b> 0,6
	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)	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 172,5 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 14,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 251,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 0,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 7,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 2,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 10,3 <b>Sól [g]</b> 1,3

2026-05-08 piątek	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) 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	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 808,9 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 50,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 269,8 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 62,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 53,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19 <b>Sól [g]</b> 3,8
2026-05-09 sobota	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Serek Almette 1 szt (7) Szynka gotowana 30 g sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko duszone z warzywami 170 g (9) Surówka z marchwi i jabłka 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Polędwica Sopocka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Sałata masłowa 20 g Rzodkiewka 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 342,4 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 105,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 286,5 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 58,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 92 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 39,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,7 <b>Sól [g]</b> 4,8
	Łatwostrawna	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Ser żółty 30 g (7) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Bukiet warzyw 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Udko duszone z warzywami 170 g (9)	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Pasta z sera białego z cebulką 60 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Mus warzywny 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 245,9 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 107,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 293,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 62,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 75,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 25 <b>Sól [g]</b> 4,6
	Bogatoresztkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 90 g (1) Szynka gotowana 30 g Galaretki drobiowa 100 g (9) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko duszone z warzywami 170 g (9) Surówka z marchwi i jabłka 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml Chleb graham 80 g (1) Polędwica Sopocka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Sałata masłowa 20 g Rzodkiewka 20 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Mus warzywny 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 107,7 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 103,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 237,2 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 65 <b>Tłuszcz [g]</b> 88,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30,3 <b>Sól [g]</b> 3,7

2026-05-09 sobota	Bogatobiałkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Ser żółty 30 g (7) Szynka gotowana 30 g Salata zielona 20 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Surówka z marchwi i jabłka 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Polędwica Sopocka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Salata masłowa 20 g Ogórek kiszony 50 g	Jogurt morelowy 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 1 995,6 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 92,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 233,8 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 48 <b>Tłuszcz [g]</b> 82,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26,9 <b>Sól [g]</b> 5,6
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żol	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka kajzerka 100 g (1) Ser biały 60 g (7) Salata zielona 20 g Szynka gotowana 30 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) 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) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Polędwica Sopocka 30 g Salata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 159,3 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 104,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 284,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 53,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,5 <b>Sól [g]</b> 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) Galaretka drobiowa 100 g (9) Salata zielona 20 g Polędwica Sopocka 30 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) 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) Dżem 25 g Szynka gotowana 30 g Salata masłowa 20 g	Mus warzywny 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 136,5 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 94,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 297,8 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 67,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 66,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21,3 <b>Sól [g]</b> 4
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 80 g (1) Galaretka drobiowa 100 g (9) Szynka gotowana 30 g Salata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchewki i jabłka 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml Chleb graham 80 g (1) Polędwica Sopocka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Salata masłowa 20 g Rzodkiewka 20 g	Kanapka nocna 130 g (1, 7)	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 1 853,1 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 100,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 192,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 40,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 81,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26,5 <b>Sól [g]</b> 4,4

2026-05-09 sobota	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowod. i 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) Galaretki drobiowa 100 g (9) Sałata zielona 20 g Szynka gotowana 30 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udki gotowane z warzywami 170 g (9) 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) Pasta z sera białego z cebulką 60 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 185,9 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 110 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 284,5 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 53,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,8 <b>Sól [g]</b> 4,4
	Dieta biegunkowa	Bułka weka 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Szynka gotowana 30 g Kleik ryżowy 300 ml	Jabłko pieczone 120 g Kisiel b/c 150 ml	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml (1, 7, 9) Udki 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) Połędwica Sopocka 30 g Masło jednorazowe 10 g (7) Dżem 25 g	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 933,7 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 69 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 323,5 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 55,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 44,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,5 <b>Sól [g]</b> 3,5
	Niskobiałkowa	Herbata b/c 250 ml Masło extra 15 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Sałata zielona 20 g	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Makaron z jabłkami 250 g (1, 3) Bukiet warzyw 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Połędwica Sopocka 30 g Miód 25 g Sałata masłowa 20 g	Mus warzywny 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 239,3 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 64,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 391,7 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 63 <b>Tłuszcz [g]</b> 51,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,3 <b>Sól [g]</b> 1,4
	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)	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 172,5 <b>Białko ogółem wg rozp.</b> 1169/2011 [g] 14,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 251,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 0,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 7,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 2,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 10,3 <b>Sól [g]</b> 1,3

2026-05-09 sobota	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Połudwica Sopocka 30 g Galaretka drobiowa 100 g (9) Salata zielona 10 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml (1, 7, 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 Dżem 25 g Salata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 912,1 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 83,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 287,5 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 70,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 52,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 24,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21,3 <b>Sól [g]</b> 3,8
	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb pszenny 60 g (1) Połudwica Sopocka 30 g Twarożek z rzodkiewką 60 g (7) Salata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabelana 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Schab duszony 100 g (1) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Surówka z selera 100 g (3, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Paprykarz szczeciński 50 g (4) Parówka z indyka 70 g Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 50 g	Soczek kartonik 200 ml	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 055,1 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 99,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 264,5 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 71,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 24,5 <b>Sól [g]</b> 5,8
	Łatwostrawna	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Połudwica Sopocka 30 g Twarożek z koperkiem 60 g (7) Salata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabelana 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g (3, 7, 9) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Paprykarz szczeciński 50 g (4) Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Parówka z indyka 70 g Salata zielona 20 g Pomidor 50 g	Soczek kartonik 200 ml	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 2 186,4 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 93,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 300,4 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 84,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 73,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 24,8 <b>Sól [g]</b> 5,6
	Bogatoreszkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 80 g (1) Połudwica Sopocka 30 g Serek wiejski 200 g (7) Salata masłowa 20 g Pomidor 50 g Ogórek świeży [Por] x 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Pomidorowa 300 ml (9) Kasza jęczmienna 100 g (1) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Salatka z buraczka i jabłka 150 g Surówka z selera 100 g (3, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Paprykarz szczeciński 50 g (4) Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 80 g (1) Parówka z indyka 70 g Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 50 g	soczek owocowy 300ml 1 szt Wafle ryżowe 2 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp.</b> 1169/2011[kcal] [kcal] 1 910,4 <b>Białko ogółemwg rozp.</b> 1169/2011 [g] 94,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 229 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 79,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 74,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30,1 <b>Sól [g]</b> 7,3

2026-05-10 niedziela	Bogatobiałkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb pszenny 60 g (1) Połudwica Sopocka 30 g Ser żółty 30 g (7) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Chleb graham 80 g (1)	Banan 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kalafior gotowany 50 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Połudwica Sopocka 30 g Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 50 g	Soczek kartonik 200 ml	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 1 997,1 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 100,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 263,5 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 67,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 66 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 30 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26,2 <b>Sól [g]</b> 6,5
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żol	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Połudwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Serek Almette 1 szt (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Ser biały 60 g (7) Sałata zielona 20 g Szynka gotowana 30 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 126,4 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 96,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 293,9 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 56,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 66 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,3 <b>Sól [g]</b> 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) Połudwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Buraczki na ciepło 150 g Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g Szynka gotowana 30 g	Soczek kartonik 200 ml	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 2 255 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 94,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 318,9 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 76,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 30,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,3 <b>Sól [g]</b> 5,2
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 80 g (1) Połudwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Twarożek z rzodkiewką 60 g (7) Sałata zielona 10 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Surówka z selera 100 g (3, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 80 g (1) Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 50 g Szynka gotowana 30 g	Jogurt naturalny 100 g (7) Wafle ryżowe 1 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 1 971,5 <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]</b> 97,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 234,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 58,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 77,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,1 <b>Sól [g]</b> 4,4

2026-05-10 niedziela	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) Połudwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Twarożek z koperkiem 60 g (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) 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) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 20 g Parówka z indyka 70 g	Soczek kartonik 200 ml	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 1 986,2 <b>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]</b> 89,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 271,7 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 69,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 64,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 28,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 18,5 <b>Sól [g]</b> 4,8
	Dieta biegunkowa	Bułka weka 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Połudwica Sopocka 30 g Kleik ryżowy 300 ml	Suchary 20 g (1) Kisiel b/c 150 ml	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml (1, 7, 9) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Herbata b/c 250 ml Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Dżem 25 g Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g	Kisiel b/c 150 ml Wafle ryżowe 2 szt	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 1 996,2 <b>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]</b> 67,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 341,5 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 34,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 42,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,1 <b>Sól [g]</b> 3,7
	Niskobiałkowa	Herbata b/c 250 ml Masło extra 15 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Połudwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Sałata masłowa 20 g	Kisiel b/c 150 ml	Zupa Pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (7, 9) Naleśnik z jabłkiem 2 szt (1, 3, 7) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Bukiet warzyw 150 g	Pasta z białek 70 g (3, 7) Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Miód 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Biszkopty b/c (1, 3)	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 1 853,1 <b>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]</b> 59,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 317,6 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 57,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 41,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21,8 <b>Sól [g]</b> 1
	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)	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</b> [kcal] 1 172,5 <b>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]</b> 14,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 251,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 0,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 7,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 2,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 10,3 <b>Sól [g]</b> 1,3

2026-05-10 niedziela	Bezmielczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Galaretka drobiowa 100 g (9) Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Polędwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 855,6</b> <b>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 86,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 263</b> <b>suma cukrów prostych [g] 55,2</b> <b>Tłuszcz [g] 55,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 20,1</b> <b>Sól [g] 4,3</b>
----------------------	-------------	---	-----------------------	--	---	-------------------	--

**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,*