# SZPITAL MSWiA

## DEKADOWY JADŁOSPIS SZPITALNY

Oddział: Szpital MSWiA

Okres obowiązywania: 13.10.2026 – 22.10.2026

**Legenda:**

*Wyróżniony kolorem, pogrubiony i pochylony tekst oznacza sposób obróbki termicznej potrawy.*

*Liczby w nawiasach oznaczają alergeny zgodnie z wykazem 14 alergenów UE (patrz kolejna strona).*

# Wykaz alergenów

| | |
|---|---|
| **1** | Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies) |
| **3** | Jaja |
| **4** | Ryby |
| **6** | Soja |
| **7** | Mleko (łącznie z laktozą) |
| **8** | Orzechy |
| **9** | Seler |
| **10** | Gorczyca |
| **11** | Nasiona sezamu |
| **12** | Dwutlenek siarki i siarczyny |

# Spis dni jadłospisu

Wtorek, 13 października 2026
Środa, 14 października 2026
Czwartek, 15 października 2026
Piątek, 16 października 2026
Sobota, 17 października 2026
Niedziela, 18 października 2026
Poniedziałek, 19 października 2026
Wtorek, 20 października 2026
Środa, 21 października 2026
Czwartek, 22 października 2026

# Wtorek, 13 października 2026

## D01 Dieta podstawowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza manna na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Jajko ***gotowane*** kl M 1 szt (3), Szynka delikatesowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 30 g, Papryka świeża 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Eskalopka z kurczaka 80 g (1, 3, 7), Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) 50 g (1, 3, 4), Twarożek z koperkiem 50 g (7), Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 4, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2171.5 kcal** |
| *Białko* | **93.23 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **338.94 g (w tym cukry: 65.01 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **61.91 g (w tym nasycone: 21.73 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **33.54 g** |
| *Sód ** | **3448 mg** |

## D02 Dieta łatwostrawna

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza manna na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Jajko ***gotowane*** kl M 1 szt (3), Szynka delikatesowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 30 g, Jabłko ***pieczone*** 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Selerowa z ziemniakami 400 ml (7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Mięso drobiowe ***gotowane*** z udźca kurczaka 80 g, Sos pietruszkowy* 100 ml (1, 7), Marchew ***gotowana*** z olejem* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twarożek z koperkiem 50 g (7), Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) 50 g (1, 3, 4), Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 4, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2150.0 kcal** |
| *Białko* | **100.21 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **348.54 g (w tym cukry: 74.36 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **51.43 g (w tym nasycone: 21.05 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **35.47 g** |
| *Sód ** | **3314 mg** |

# Wtorek, 13 października 2026 (cd.)

## D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Jajko ***gotowane*** kl M 1 szt (3), Szynka delikatesowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 30 g, Papryka świeża 100 g, Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7), Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Chleb Graham 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Twaróg półtłusty 30 g (7), Sałata zielona 30 g |
| **OBIAD** | Kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Mięso drobiowe ***gotowane*** z udźca kurczaka 80 g, Sos pietruszkowy* 100 ml (1, 7), Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (9), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twarożek z koperkiem 50 g (7), Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) 50 g (1, 3, 4), Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
| **POSIŁEK NOCNY** | Chleb Graham 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Indyk z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 30 g, Sałata zielona 30 g |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 4, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **1989.9 kcal** |
| *Białko* | **108.63 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **287.14 g (w tym cukry: 29.94 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **60.44 g (w tym nasycone: 26.69 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **37.55 g** |
| *Sód ** | **3304 mg** |

# Wtorek, 13 października 2026 (cd.)

## D05 Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza manna na mleku 350 ml (1, 7), Bułka pszenna długa krojona 100 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (3, 7), Szynka delikatesowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 30 g, Jabłko ***pieczone*** 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Bułka pszenna długa krojona 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Twaróg półtłusty 30 g (7), Sałata zielona 30 g |
| **OBIAD** | Selerowa z ziemniakami 400 ml (7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Mięso drobiowe ***gotowane*** z udźca kurczaka 80 g, Sos pietruszkowy* 100 ml (1, 7), Marchew ***gotowana*** z olejem* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt |
| **KOLACJA** | Bułka pszenna długa krojona 100 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twarożek z koperkiem 50 g (7), Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) 50 g (1, 3, 4), Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 4, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2457.8 kcal** |
| *Białko* | **114.62 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **385.79 g (w tym cukry: 95.37 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **59.63 g (w tym nasycone: 25.66 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **30.89 g** |
| *Sód ** | **2353 mg** |

## D07 Dieta bogatobiałkowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza manna na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Jajko ***gotowane*** kl M 1 szt (3), Szynka delikatesowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 60 g, Jabłko ***pieczone*** 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7) |
| **OBIAD** | Selerowa z ziemniakami 400 ml (7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Mięso drobiowe ***gotowane*** z udźca kurczaka 80 g, Sos pietruszkowy* 100 ml (1, 7), Marchew ***gotowana*** z olejem* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twarożek z koperkiem 50 g (7), Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) 50 g (1, 3, 4), Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 4, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2270.6 kcal** |
| *Białko* | **112.13 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **357.14 g (w tym cukry: 74.36 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **55.78 g (w tym nasycone: 23.60 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **35.47 g** |
| *Sód ** | **3631 mg** |

# Wtorek, 13 października 2026 (cd.)

## D010 Dieta przetarta

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza manna na mleku 350 ml (1, 7), Bułka pszenna długa krojona 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (3, 7), Jabłko ***pieczone*** 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7) |
| **OBIAD** | Selerowa z ziemniakami 400 ml (7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos pietruszkowy* 100 ml (1, 7), Marchew ***gotowana*** z olejem* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt |
| **KOLACJA** | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (7), Bułka pszenna długa krojona 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twarożek z koperkiem 50 g (7), Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) 50 g (1, 3, 4), Pasta z brokuła * 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 4, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2433.1 kcal** |
| *Białko* | **113.98 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **344.28 g (w tym cukry: 87.95 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **74.05 g (w tym nasycone: 28.87 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **30.33 g** |
| *Sód ** | **3099 mg** |

## D011 Dieta papkowata

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol mleczna 500 ml (1, 6, 7) |
| **II ŚNIADANIE** | Sonda-płynna śn kol mleczna 300 ml (1, 6, 7) |
| **OBIAD** | Selerowa z ziemniakami 400 ml (7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Mięso drobiowe ***gotowane*** z udźca kurczaka 80 g, Sos pietruszkowy* 100 ml (1, 7), Marchew ***gotowana*** z olejem* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sonda-płynna śn kol.b/ml 300 ml (3, 9) |
| **KOLACJA** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol.b/ml 500 ml (3, 9) |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 6, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2417.6 kcal** |
| *Białko* | **82.80 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **292.11 g (w tym cukry: 85.70 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **108.61 g (w tym nasycone: 31.42 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **29.54 g** |
| *Sód ** | **1280 mg** |

# Wtorek, 13 października 2026 (cd.)

## D012 Dieta płynna wzmocniona

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol mleczna WB 500 ml (1, 3, 6, 7) |
| **II ŚNIADANIE** | Sonda-płynna śn kol mleczna WB 300 ml (1, 3, 6, 7) |
| **OBIAD** | Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Mięso drobiowe ***gotowane*** z udźca kurczaka 80 g, Sos pietruszkowy* 100 ml (1, 7), Marchew ***gotowana*** z olejem* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sonda-płynna obiad b/ml WB 300 ml (3, 9) |
| **KOLACJA** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna obiad b/ml WB 500 ml (3, 9) |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 6, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2439.6 kcal** |
| *Białko* | **126.31 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **246.93 g (w tym cukry: 80.98 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **109.88 g (w tym nasycone: 31.89 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **21.48 g** |
| *Sód ** | **1252 mg** |

## GL Bezglutenowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Ryż na mleku 350 ml (7), Chleb bezglutenowy 100 g (11; może zawierać: 8), Masło extra 82% 10 g (7), Szynka delikatesowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 30 g, Jajko ***gotowane*** kl M 1 szt (3), Jabłko ***pieczone*** 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Selerowa z ziemniakami (bez mleka) 350 ml (9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Mięso drobiowe ***gotowane*** z udźca kurczaka 80 g, Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 100 ml, Marchew ***gotowana*** z olejem* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb bezglutenowy 100 g (11; może zawierać: 8), Masło extra 82% 10 g (7), Twarożek z koperkiem 50 g (7), Indyk z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 30 g, Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 3, 7, 8, 9, 11**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2015.2 kcal** |
| *Białko* | **76.98 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **322.48 g (w tym cukry: 72.56 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **53.96 g (w tym nasycone: 19.94 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **31.23 g** |
| *Sód ** | **2154 mg** |

# Wtorek, 13 października 2026 (cd.)

## ML Bezmleczna

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Szynka delikatesowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 30 g, Jajko ***gotowane*** kl M 1 szt (3), Jabłko ***pieczone*** 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Selerowa z ziemniakami (bez mleka) 350 ml (9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Mięso drobiowe ***gotowane*** z udźca kurczaka 80 g, Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (1), Marchew ***gotowana*** z olejem* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Indyk z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 30 g, Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) 50 g (1, 3, 4), Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 3, 4, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **1820.9 kcal** |
| *Białko* | **85.15 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **304.77 g (w tym cukry: 57.19 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **40.78 g (w tym nasycone: 9.93 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **33.75 g** |
| *Sód ** | **3278 mg** |

## WE Wegetariańska

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza manna na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Jajko ***gotowane*** kl M 1 szt (3), Jabłko ***pieczone*** 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Kotlety z soczewicy ***pieczony*** 100 g (1, 3), Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) 50 g (1, 3, 4), Twarożek z koperkiem 50 g (7), Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 3, 4, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2294.2 kcal** |
| *Białko* | **86.24 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **369.24 g (w tym cukry: 73.80 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **64.48 g (w tym nasycone: 21.07 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **36.22 g** |
| *Sód ** | **3221 mg** |

# Środa, 14 października 2026

## D01 Dieta podstawowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka ***wędzona parzona*** 60 g, Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Grochowa z ziemniakami 350 ml (1, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Gulasz z udźca kurczaka 200 g (1), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jabłko 1 szt 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Ser żółty 60 g (7), Ogórek świeży 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2369.6 kcal** |
| *Białko* | **105.56 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **355.35 g (w tym cukry: 87.44 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **72.70 g (w tym nasycone: 31.85 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **38.47 g** |
| *Sód ** | **2843 mg** |

## D02 Dieta łatwostrawna

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Szpinakowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Gulasz z udźca kurczaka 200 g (1), Buraczki ***gotowane*** b/c 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jabłko ***pieczone*** 1szt. 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twarożek z natką pietruszki 100 g (7), Pasta warzywna* 100 g (9), Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2134.5 kcal** |
| *Białko* | **100.41 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **337.49 g (w tym cukry: 90.98 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **53.77 g (w tym nasycone: 21.71 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **34.18 g** |
| *Sód ** | **2518 mg** |

# Środa, 14 października 2026 (cd.)

## D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Pomidor 100 g, Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (7), Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Chleb Graham 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Pasta z warzyw i szynki drobiowej. 30 g (9), Sałata zielona 30 g |
| **OBIAD** | Grochowa z ziemniakami 350 ml (1, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Gulasz z udźca kurczaka 200 g (1), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7), Jabłko 1 szt 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Ser żółty 60 g (7), Sałata zielona 30 g, Ogórek świeży 70 g, Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
| **POSIŁEK NOCNY** | Chleb Graham 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,***wędzona***,***parzona*** 30 g, Sałata zielona 30 g |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2272.9 kcal** |
| *Białko* | **114.36 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **307.73 g (w tym cukry: 50.86 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **81.51 g (w tym nasycone: 37.16 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **41.78 g** |
| *Sód ** | **2983 mg** |

## D05 Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 350 ml (1, 7), Bułka pszenna długa krojona 100 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Bułka pszenna długa krojona 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Pasta z warzyw i szynki drobiowej. 30 g (9), Sałata zielona 30 g |
| **OBIAD** | Szpinakowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Gulasz z udźca kurczaka 200 g (1), Buraczki ***gotowane*** b/c 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jabłko ***pieczone*** 1szt. 1 szt |
| **KOLACJA** | Bułka pszenna długa krojona 100 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twarożek z natką pietruszki 100 g (7), Pasta warzywna* 100 g (9), Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2370.4 kcal** |
| *Białko* | **109.78 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **363.97 g (w tym cukry: 94.48 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **61.22 g (w tym nasycone: 24.72 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **30.43 g** |
| *Sód ** | **2409 mg** |

# Środa, 14 października 2026 (cd.)

## D07 Dieta bogatobiałkowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (7) |
| **OBIAD** | Szpinakowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (1), Gulasz z udźca kurczaka 200 g (1), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (7) |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twarożek z natką pietruszki 100 g (7), Pasta warzywna* 100 g (9), Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2256.9 kcal** |
| *Białko* | **109.88 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **328.45 g (w tym cukry: 81.88 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **66.15 g (w tym nasycone: 25.68 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **30.93 g** |
| *Sód ** | **2630 mg** |

## D010 Dieta przetarta

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 350 ml (1, 7), Bułka pszenna długa krojona 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (7) |
| **OBIAD** | Szpinakowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ryż na sypko 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos jarzynowy * 100 ml (1, 9), Buraczki ***gotowane*** b/c 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7) |
| **KOLACJA** | Ryż na mleku 500 ml (7), Bułka pszenna długa krojona 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twarożek z natką pietruszki 100 g (7), Pasta warzywna* 100 g (9), Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2487.1 kcal** |
| *Białko* | **118.25 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **360.43 g (w tym cukry: 100.15 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **69.18 g (w tym nasycone: 30.47 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **21.92 g** |
| *Sód ** | **2034 mg** |

# Środa, 14 października 2026 (cd.)

## D011 Dieta papkowata

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol mleczna 500 ml (1, 6, 7) |
| **II ŚNIADANIE** | Sonda-płynna śn kol mleczna 300 ml (1, 6, 7) |
| **OBIAD** | Szpinakowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ryż na sypko 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos jarzynowy * 100 ml (1, 9), Marchew ***gotowana*** z olejem* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sonda-płynna śn kol.b/ml 300 ml (3, 9) |
| **KOLACJA** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol.b/ml 500 ml (3, 9) |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 6, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2522.6 kcal** |
| *Białko* | **81.87 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **302.57 g (w tym cukry: 89.77 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **114.73 g (w tym nasycone: 32.06 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **23.70 g** |
| *Sód * * | **1233 mg** |

## D012 Dieta płynna wzmocniona

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Herbata czarna granulowana b/c 400 ml, Sonda-płynna śn kol mleczna WB 500 ml (1, 3, 6, 7) |
| **II ŚNIADANIE** | Sonda-płynna śn kol mleczna WB 300 ml (1, 3, 6, 7) |
| **OBIAD** | Ryż na sypko 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos jarzynowy * 100 ml (1, 9), Marchew ***gotowana*** z olejem* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sonda-płynna obiad b/ml WB 300 ml (3, 9) |
| **KOLACJA** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna obiad b/ml WB 500 ml (3, 9) |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 6, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2547.9 kcal** |
| *Białko* | **126.32 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **258.60 g (w tym cukry: 79.11 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **116.28 g (w tym nasycone: 32.56 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **19.43 g** |
| *Sód * * | **1139 mg** |

# Środa, 14 października 2026 (cd.)

## GL Bezglutenowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (7), Chleb bezglutenowy 100 g (11; może zawierać: 8), Masło extra 82% 10 g (7), Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) 350 ml (9), Ryż na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka (bez glutenu) 200 g, Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jabłko ***pieczone*** 1szt. 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb bezglutenowy 100 g (11; może zawierać: 8), Masło extra 82% 10 g (7), Twarożek z natką pietruszki 100 g (7), Pasta warzywna* 100 g (9), Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 7, 8, 9, 11**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2035.9 kcal** |
| *Białko* | **76.57 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **306.15 g (w tym cukry: 80.94 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **62.41 g (w tym nasycone: 19.05 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **27.50 g** |
| *Sód ** | **1138 mg** |

## ML Bezmleczna

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) 350 ml (9), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (1), Gulasz z udźca kurczaka 200 g (1), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jabłko ***pieczone*** 1szt. 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,***wędzona***,***parzona*** 60 g, Pasta warzywna* 100 g (9), Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **1844.1 kcal** |
| *Białko* | **83.00 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **294.36 g (w tym cukry: 72.70 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **47.96 g (w tym nasycone: 9.81 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **31.90 g** |
| *Sód ** | **2763 mg** |

# Środa, 14 października 2026 (cd.)

## WE Wegetariańska

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 80 g (7), Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Grochowa z ziemniakami 350 ml (1, 9), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (1), Gulasz sojowy z warzywami * 200 g (6, 9), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jabłko 1 szt 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Ser żółty 60 g (7), Ogórek świeży 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 6, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2377.1 kcal** |
| *Białko* | **110.29 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **374.97 g (w tym cukry: 89.02 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **63.07 g (w tym nasycone: 30.77 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **46.13 g** |
| *Sód ** | **2404 mg** |

# Czwartek, 15 października 2026

## D01 Dieta podstawowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Zacierka na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 80 g (7), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 250 ml |
| **OBIAD** | Dyniowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Risotto z mięs drob i warzywami* 300 g (9), Sos pomidorowy 100 ml (1), Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Budyń waniliowy z/c 200 ml (1, 7) |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (3, 7), Ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 3, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2249.8 kcal** |
| *Białko* | **93.03 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **352.42 g (w tym cukry: 85.35 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **64.01 g (w tym nasycone: 25.59 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **37.22 g** |
| *Sód ** | **2983 mg** |

## D02 Dieta łatwostrawna

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Zacierka na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 80 g (7), Cukinia ***pieczona*** z olejem * 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 250 ml |
| **OBIAD** | Dyniowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Risotto z mięs drob i warzywami* b/brokuła 300 g (9), Sos pomidorowy 100 ml (1), Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem 150 g (1, 9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Budyń waniliowy z/c 200 ml (1, 7) |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (3, 7), Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 3, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2258.0 kcal** |
| *Białko* | **95.92 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **346.72 g (w tym cukry: 84.18 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **64.18 g (w tym nasycone: 25.56 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **33.25 g** |
| *Sód ** | **2684 mg** |

# Czwartek, 15 października 2026 (cd.)

## D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Maślanka 150 ml (7), Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 80 g (7), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Chleb Graham 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Pasta z kurczaka 30 g, Pomidor 70 g |
| **OBIAD** | Dyniowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Risotto (ryż brązowy) z mięs drob i warzywami* 300 g (9), Sos pomidorowy 100 ml (1), Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (9), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Budyń waniliowy b/c 200 ml (1, 7) |
| **KOLACJA** | Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z białek z natką pietruszki 100 g (3, 7), Ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
| **POSIŁEK NOCNY** | Chleb Graham 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Polędwica Delikatna z kurcząt produkt gruborozdrobniony ***parzony*** 30 g (może zawierać: 6, 7, 9), Sałata zielona 30 g |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 6, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2173.6 kcal** |
| *Białko* | **111.55 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **289.30 g (w tym cukry: 52.45 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **77.91 g (w tym nasycone: 31.06 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **45.14 g** |
| *Sód ** | **3169 mg** |

## D05 Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Zacierka na mleku 350 ml (1, 7), Bułka pszenna długa krojona 100 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 80 g (7), Cukinia ***pieczona*** z olejem * 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 250 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Bułka pszenna długa krojona 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Pasta z kurczaka 30 g, Pomidor b/skórki 70 g |
| **OBIAD** | Dyniowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Risotto z mięs drob i warzywami* b/brokuła 300 g (9), Sos majerankowy * 100 ml (1, 9), Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem 150 g (1, 9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Budyń waniliowy z/c 200 ml (1, 7) |
| **KOLACJA** | Bułka pszenna długa krojona 100 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z białek z natką pietruszki 100 g (3, 7), Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2605.4 kcal** |
| *Białko* | **118.70 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **373.00 g (w tym cukry: 87.48 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **78.20 g (w tym nasycone: 30.96 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **29.43 g** |
| *Sód ** | **2611 mg** |

# Czwartek, 15 października 2026 (cd.)

## D07 Dieta bogatobiałkowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Zacierka na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 80 g (7), Cukinia ***pieczona*** z olejem * 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 250 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Chleb Graham 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Pasta z kurczaka 30 g, Mus z jabłek b/c 50 g |
| **OBIAD** | Koperkowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Risotto z mięs drob i warzywami* b/brokuła 300 g (9), Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos pomidorowy 100 ml (1), Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem 150 g (1, 9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Budyń waniliowy z/c 200 ml (1, 7) |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany,***wędzony***,***parzony*** bez osłonki 90 g, Ketchup 15g saszetka 1 szt, Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2710.1 kcal** |
| *Białko* | **131.54 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **387.25 g (w tym cukry: 89.16 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **83.76 g (w tym nasycone: 27.87 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **36.11 g** |
| *Sód ** | **3730 mg** |

## D010 Dieta przetarta

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Zacierka na mleku 500 ml (1, 7), Bułka pszenna długa krojona 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twarożek 100 g (7), Cukinia ***pieczona*** z olejem * 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 250 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Maślanka 150 ml (7) |
| **OBIAD** | Koperkowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ryż na sypko 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos majerankowy * 100 ml (1, 9), Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem 150 g (1, 9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Budyń waniliowy z/c 200 ml (1, 7) |
| **KOLACJA** | Kasza kukurydziana na mleku 500 ml (7), Bułka pszenna długa krojona 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), mielona Polędwica Delikatna z kurcząt produkt gruborozdrobniony ***parzony*** 60 g (może zawierać: 6, 7, 9), Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 6, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2678.5 kcal** |
| *Białko* | **127.83 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **385.48 g (w tym cukry: 112.40 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **74.42 g (w tym nasycone: 30.67 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **24.83 g** |
| *Sód ** | **2598 mg** |

# Czwartek, 15 października 2026 (cd.)

## D011 Dieta papkowata

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 250 ml, Sonda-płynna śn kol mleczna 500 ml (1, 6, 7) |
| **II ŚNIADANIE** | Sonda-płynna śn kol mleczna 300 ml (1, 6, 7) |
| **OBIAD** | Koperkowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ryż na sypko 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos majerankowy * 100 ml (1, 9), Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem 150 g (1, 9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sonda-płynna śn kol.b/ml 300 ml (3, 9) |
| **KOLACJA** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol.b/ml 500 ml (3, 9) |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 6, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2540.0 kcal** |
| *Białko* | **84.70 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **305.84 g (w tym cukry: 81.82 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **114.68 g (w tym nasycone: 32.05 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **27.24 g** |
| *Sód ** | **1246 mg** |

## D012 Dieta płynna wzmocniona

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 250 ml, Sonda-płynna śn kol mleczna WB 500 ml (1, 3, 6, 7) |
| **II ŚNIADANIE** | Sonda-płynna śn kol mleczna WB 300 ml (1, 3, 6, 7) |
| **OBIAD** | Koperkowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ryż na sypko 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos majerankowy * 100 ml (1, 9), Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem 150 g (1, 9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sonda-płynna obiad b/ml WB 300 ml (3, 9) |
| **KOLACJA** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna obiad b/ml WB 500 ml (3, 9) |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 6, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2764.2 kcal** |
| *Białko* | **133.92 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **305.84 g (w tym cukry: 81.82 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **117.67 g (w tym nasycone: 32.71 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **27.24 g** |
| *Sód ** | **1372 mg** |

# Czwartek, 15 października 2026 (cd.)

## GL Bezglutenowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb bezglutenowy 100 g (11; może zawierać: 8), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 80 g (7), Sałata zielona 30 g, Dynia z wody 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 250 ml, Maślanka 150 ml (7) |
| **OBIAD** | Koperkowa z ziemniakami D. 350 ml (9), Risotto z mięs drob i warzywami* b/brokuła 300 g (9), Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml, Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem b/glutenu 150 g (9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (7) |
| **KOLACJA** | Chleb bezglutenowy 100 g (11; może zawierać: 8), Masło extra 82% 10 g (7), Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany,***wędzony***,***parzony*** bez osłonki 90 g, Ketchup 15g saszetka 1 szt, Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 7, 8, 9, 11**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **1909.2 kcal** |
| *Białko* | **73.70 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **281.85 g (w tym cukry: 62.60 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **61.86 g (w tym nasycone: 17.26 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **30.73 g** |
| *Sód ** | **2146 mg** |

## ML Bezmleczna

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Pasta z wędliną drob natką pietruszki. 60 g, Sałata zielona 30 g, Cukinia ***pieczona*** z olejem * 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 250 ml |
| **OBIAD** | Koperkowa z ziemniakami D. 350 ml (9), Risotto z mięs drob i warzywami* b/brokuła 300 g (9), Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos pomidorowy 100 ml (1), Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem 150 g (1, 9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml (może zawierać: 1, 9, 10) |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany,***wędzony***,***parzony*** bez osłonki 90 g, Ketchup 15g saszetka 1 szt, Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 9, 10**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2011.2 kcal** |
| *Białko* | **95.77 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **286.08 g (w tym cukry: 47.10 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **66.13 g (w tym nasycone: 10.23 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **32.10 g** |
| *Sód ** | **3305 mg** |

# Czwartek, 15 października 2026 (cd.)

## WE Wegetariańska

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Zacierka na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Hummus 80 g (11), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 250 ml |
| **OBIAD** | Koperkowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Risotto wegetariańskie (ryż brązowy)* 300 g (9), Sos pomidorowy 100 ml (1), Maślanka 150 ml (7), Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Budyń waniliowy z/c 200 ml (1, 7) |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Jajko ***gotowane*** kl M 1 szt (3), Ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 7, 9, 11**

### Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2346.9 kcal** |
| *Białko* | **73.37 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **364.51 g (w tym cukry: 87.68 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **75.17 g (w tym nasycone: 23.34 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **39.85 g** |
| *Sód ** | **3799 mg** |

# Piątek, 16 października 2026

## D01 Dieta podstawowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Ryż na mleku 350 ml (7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Ser żółty 60 g (7), Ćwikła z chrzanem b/c 100 g (7, 12), Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Solferino 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (1, 3, 4), Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Gruszka 1szt. 150 g |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (7), Sałatka wiosenna 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 4, 7, 9, 12**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2454.7 kcal** |
| *Białko* | **96.68 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **365.54 g (w tym cukry: 84.32 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **80.13 g (w tym nasycone: 32.68 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **35.67 g** |
| *Sód ** | **3035 mg** |

## D02 Dieta łatwostrawna

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Ryż na mleku 350 ml (7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: 7, 10), Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Solferino 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Ryba ***gotowana*** (Morszczuk) 100 g (4), Sos koperkowy * 100 ml (1, 7), Szpinak ***gotowany*** z olejem* 150 g (1), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Banan 1szt. 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (7), Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 4, 7, 9, 10**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2195.9 kcal** |
| *Białko* | **109.74 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **361.66 g (w tym cukry: 103.85 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **42.61 g (w tym nasycone: 19.70 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **31.66 g** |
| *Sód ** | **2751 mg** |

# Piątek, 16 października 2026 (cd.)

## D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

| | |
|---|---|
| ŚNIADANIE | Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Ser żółty 60 g (7), Ćwikła z chrzanem b/c 100 g (7, 12), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (7), Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
| II ŚNIADANIE | Chleb Graham 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Pasta z kurczaka i warzyw ***gotowanych*** 50 g (9), Sałata zielona 30 g |
| OBIAD | Solferino 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Ryba ***gotowana*** (Morszczuk) 100 g (4), Sos koperkowy * 100 ml (1, 7), Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml |
| PODWIECZOREK | Gruszka 1szt. 150 g, Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7) |
| KOLACJA | Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z soczewicy czerwonej 100 g, Sałatka wiosenna 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
| POSIŁEK NOCNY | Chleb Graham 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,***wędzona***,***parzona*** 30 g, Sałata zielona 30 g |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 4, 7, 9, 12

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2373.0 kcal** |
| *Białko* | **120.84 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **326.99 g (w tym cukry: 52.60 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **81.62 g (w tym nasycone: 36.37 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **43.67 g** |
| *Sód ** | **3133 mg** |

## D05 Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

| | |
|---|---|
| ŚNIADANIE | Ryż na mleku 350 ml (7), Bułka pszenna długa krojona 100 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: 7, 10), Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| II ŚNIADANIE | Bułka pszenna długa krojona 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Pasta z kurczaka i warzyw ***gotowanych*** 50 g (9), Sałata zielona 30 g |
| OBIAD | Grysikowa 350 ml (1, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Ryba ***gotowana*** (Morszczuk) 100 g (4), Sos koperkowy * 100 ml (1, 7), Szpinak ***gotowany*** z olejem* 150 g (1), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| PODWIECZOREK | Banan 1szt. 1 szt |
| KOLACJA | Bułka pszenna długa krojona 100 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (7), Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 4, 7, 9, 10

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2377.5 kcal** |
| *Białko* | **119.77 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **371.44 g (w tym cukry: 103.88 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **50.66 g (w tym nasycone: 22.98 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **25.83 g** |
| *Sód ** | **2553 mg** |

# Piątek, 16 października 2026 (cd.)

## D07 Dieta bogatobiałkowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Ryż na mleku 350 ml (7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: 7, 10), Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (7) |
| **OBIAD** | Pomidorowa z makaronem 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Ryba ***gotowana*** (Morszczuk) 100 g (4), Sos koperkowy * 100 ml (1, 7), Szpinak ***gotowany*** z olejem* 150 g (1), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Banan 1szt. 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (7), Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 4, 7, 9, 10**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2239.6 kcal** |
| *Białko* | **115.23 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **358.96 g (w tym cukry: 108.98 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **45.89 g (w tym nasycone: 21.06 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **30.08 g** |
| *Sód ** | **2805 mg** |

## D010 Dieta przetarta

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Ryż na mleku 350 ml (7), Bułka pszenna długa krojona 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), mielona Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: 7, 10), Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (7) |
| **OBIAD** | Pomidorowa z makaronem 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (1, 3, 4), Sos koperkowy * 100 ml (1, 7), Szpinak ***gotowany*** z olejem* 150 g (1), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7) |
| **KOLACJA** | Kasza manna na mleku 500 ml (1, 7), Bułka pszenna długa krojona 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (7), Pasta warzywna* 100 g (9), Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 4, 7, 9, 10**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2396.1 kcal** |
| *Białko* | **127.35 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **329.78 g (w tym cukry: 88.88 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **68.44 g (w tym nasycone: 28.79 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **23.50 g** |
| *Sód ** | **2516 mg** |

# Piątek, 16 października 2026 (cd.)

## D011 Dieta papkowata

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol mleczna 500 ml (1, 6, 7) |
| **II ŚNIADANIE** | Sonda-płynna śn kol mleczna 300 ml (1, 6, 7) |
| **OBIAD** | Pomidorowa z makaronem 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (1, 3, 4), Sos koperkowy * 100 ml (1, 7), Szpinak ***gotowany*** z olejem* 150 g (1), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sonda-płynna śn kol.b/ml 300 ml (3, 9) |
| **KOLACJA** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol.b/ml 500 ml (3, 9) |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 4, 6, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2476.2 kcal** |
| *Białko* | **95.26 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **287.97 g (w tym cukry: 80.68 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **109.99 g (w tym nasycone: 31.29 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **23.15 g** |
| *Sód * * | **1444 mg** |

## D012 Dieta płynna wzmocniona

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Sonda-płynna śn kol mleczna WB 500 ml (1, 3, 6, 7), Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Sonda-płynna śn kol mleczna WB 300 ml (1, 3, 6, 7) |
| **OBIAD** | Pomidorowa z makaronem 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (1, 3, 4), Sos koperkowy * 100 ml (1, 7), Szpinak ***gotowany*** z olejem* 150 g (1), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sonda-płynna obiad b/ml WB 300 ml (3, 9) |
| **KOLACJA** | Sonda-płynna obiad b/ml WB 500 ml (3, 9), Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 4, 6, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2700.5 kcal** |
| *Białko* | **144.47 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **287.97 g (w tym cukry: 80.68 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **112.98 g (w tym nasycone: 31.95 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **23.15 g** |
| *Sód * * | **1570 mg** |

# Piątek, 16 października 2026 (cd.)

## GL Bezglutenowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb bezglutenowy 100 g (11; może zawierać: 8), Masło extra 82% 10 g (7), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: 7, 10), Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (7) |
| **OBIAD** | Pomidorowa z makaronem (bez glutenu, bez mleka) 350 ml (9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Ryba ***gotowana*** (Morszczuk) 100 g (4), Sos koperkowy *(bez glutenu, bez mleka) 100 ml, Szpinak ***gotowany*** z olejem (bez glutenu)* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Banan 1szt. 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb bezglutenowy 100 g (11; może zawierać: 8), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (7), Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 4, 7, 8, 9, 10, 11**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **1958.9 kcal** |
| *Białko* | **86.61 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **311.23 g (w tym cukry: 93.51 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **44.70 g (w tym nasycone: 16.74 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **27.73 g** |
| *Sód* * | **1543 mg** |

## ML Bezmleczna

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Pasta z kurczaka i warzyw ***gotowanych*** 60 g (9), Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g |
| **OBIAD** | Pomidorowa z makaronem (bez mleka) 350 ml (1, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Ryba ***gotowana*** (Morszczuk) 100 g (4), Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (1), Szpinak ***gotowany*** z olejem* 150 g (1), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jabłko ***pieczone*** 1szt. 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,***wędzona***,***parzona*** 60 g, Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 4, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **1710.9 kcal** |
| *Białko* | **89.92 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **281.20 g (w tym cukry: 62.31 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **35.54 g (w tym nasycone: 8.01 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **29.80 g** |
| *Sód* * | **2571 mg** |

# Piątek, 16 października 2026 (cd.)

## WE Wegetariańska

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Ryż na mleku 350 ml (7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Ser żółty 60 g (7), Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Ćwikła z chrzanem b/c 100 g (7, 12) |
| **OBIAD** | Pomidorowa z makaronem 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (1, 3, 4), Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Gruszka 1szt. 150 g |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (7), Sałatka wiosenna 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 3, 4, 7, 9, 12

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2422.4 kcal** |
| *Białko* | **99.57 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **349.39 g (w tym cukry: 82.94 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **80.31 g (w tym nasycone: 32.74 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **31.39 g** |
| *Sód ** | **3053 mg** |

# Sobota, 17 października 2026

## D01 Dieta podstawowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza manna na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Polędwica Delikatna z kurcząt produkt gruborozdrobniony ***parzony*** 60 g (może zawierać: 6, 7, 9), Ogórek kiszony 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Fasolowa z ziemniakami 350 ml (1, 9), Kasza gryczana 200 g, Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (1, 3), Sos chrzanowy. 100 ml (1, 7, 12), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7) |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Jajko ***gotowane*** kl M 1 szt (3), Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 30 g, Papryka świeża 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 3, 6, 7, 9, 12

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2282.2 kcal** |
| *Białko* | **108.51 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **358.99 g (w tym cukry: 65.65 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **59.44 g (w tym nasycone: 23.30 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **39.04 g** |
| *Sód ** | **3346 mg** |

## D02 Dieta łatwostrawna

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza manna na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Polędwica Delikatna z kurcząt produkt gruborozdrobniony ***parzony*** 60 g (może zawierać: 6, 7, 9), Pomidor b/skórki 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Selerowa z ziemniakami 350 ml (7, 9), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (1), Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (1, 3), Sos pietruszkowy* 100 ml (1, 7), Cukinia ***pieczona*** z olejem * 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7) |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Jajko ***gotowane*** kl M 1 szt (3), Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 30 g, Dynia ***duszona*** z marchewką * 70 g (1), Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 3, 6, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2127.3 kcal** |
| *Białko* | **100.69 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **329.16 g (w tym cukry: 57.86 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **55.55 g (w tym nasycone: 22.87 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **30.40 g** |
| *Sód ** | **2830 mg** |

# Sobota, 17 października 2026 (cd.)

## D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

| | |
|---|---|
| ŚNIADANIE | Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Polędwica Delikatna z kurcząt produkt gruborozdrobniony ***parzony*** 60 g (może zawierać: 6, 7, 9), Ogórek kiszony 70 g, Sałata zielona 30 g, Maślanka 150 ml (7), Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
| II ŚNIADANIE | Chleb Graham 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Twaróg półtłusty 30 g (7), Pomidor 70 g |
| OBIAD | Fasolowa z ziemniakami 350 ml (1, 9), Kasza gryczana 200 g, Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (1, 3), Sos chrzanowy. 100 ml (1, 7, 12), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml |
| PODWIECZOREK | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7) |
| KOLACJA | Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Jajko ***gotowane*** kl M 1 szt (3), Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 30 g, Papryka świeża 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
| POSIŁEK NOCNY | Chleb Graham 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Ser żółty 30 g (7), Sałata zielona 30 g |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 6, 7, 9, 12**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2209.2 kcal** |
| *Białko* | **117.32 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **307.30 g (w tym cukry: 37.70 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **73.00 g (w tym nasycone: 32.57 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **41.95 g** |
| *Sód ** | **3370 mg** |

## D05 Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

| | |
|---|---|
| ŚNIADANIE | Kasza manna na mleku 350 ml (1, 7), Bułka pszenna długa krojona 100 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Polędwica Delikatna z kurcząt produkt gruborozdrobniony ***parzony*** 60 g (może zawierać: 6, 7, 9), Pomidor b/skórki 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| II ŚNIADANIE | Bułka pszenna długa krojona 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Twaróg półtłusty 30 g (7), Mus z jabłek b/c 50 g |
| OBIAD | Selerowa z ziemniakami 350 ml (7, 9), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (1), Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (1, 3), Sos pietruszkowy* 100 ml (1, 7), Cukinia ***pieczona*** z olejem * 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| PODWIECZOREK | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7) |
| KOLACJA | Bułka pszenna długa krojona 100 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z białek z koperkiem 100 g (3, 7), Dynia ***duszona*** z marchewką * 70 g (1), Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 6, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2525.7 kcal** |
| *Białko* | **120.27 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **364.61 g (w tym cukry: 68.80 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **72.57 g (w tym nasycone: 29.80 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **26.98 g** |
| *Sód ** | **2672 mg** |

# Sobota, 17 października 2026 (cd.)

## D07 Dieta bogatobiałkowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza manna na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Sałata zielona 30 g, Pomidor b/skórki 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Twaróg półtłusty 30 g (7), Pomidor b/skórki 70 g |
| **OBIAD** | Dyniowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (1), Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (1, 9), Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Cukinia ***pieczona*** z olejem * 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7) |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (3, 7), Dynia ***duszona*** z marchewką * 70 g (1), Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2475.8 kcal** |
| *Białko* | **126.32 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **345.19 g (w tym cukry: 64.23 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **75.94 g (w tym nasycone: 30.19 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **31.80 g** |
| *Sód ** | **3079 mg** |

## D010 Dieta przetarta

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza manna na mleku 500 ml (1, 7), Bułka pszenna długa krojona 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), mielony Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Mus z jabłek b/c 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Maślanka 150 ml (7) |
| **OBIAD** | Dyniowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ryż na sypko 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos majerankowy * 100 ml (1, 9), Cukinia ***pieczona*** z olejem * 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7) |
| **KOLACJA** | Zacierka na mleku 500 ml (1, 7), Bułka pszenna długa krojona 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (3, 7), Dynia ***duszona*** z marchewką * 100 g (1), Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2600.0 kcal** |
| *Białko* | **121.34 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **364.83 g (w tym cukry: 107.24 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **76.22 g (w tym nasycone: 31.73 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **21.17 g** |
| *Sód ** | **2208 mg** |

# Sobota, 17 października 2026 (cd.)

## D011 Dieta papkowata

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol mleczna 500 ml (1, 6, 7) |
| **II ŚNIADANIE** | Sonda-płynna śn kol mleczna 300 ml (1, 6, 7) |
| **OBIAD** | Dyniowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ryż na sypko 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos majerankowy * 100 ml (1, 9), Cukinia ***pieczona*** z olejem * 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sonda-płynna śn kol.b/ml 300 ml (3, 9) |
| **KOLACJA** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol.b/ml 500 ml (3, 9) |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 6, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2500.6 kcal** |
| *Białko* | **82.79 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **291.66 g (w tym cukry: 82.20 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **115.58 g (w tym nasycone: 32.09 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **20.91 g** |
| *Sód * * | **1228 mg** |

## D012 Dieta płynna wzmocniona

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol mleczna WB 500 ml (1, 3, 6, 7) |
| **II ŚNIADANIE** | Sonda-płynna śn kol mleczna WB 300 ml (1, 3, 6, 7) |
| **OBIAD** | Dyniowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ryż na sypko 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos majerankowy * 100 ml (1, 9), Cukinia ***pieczona*** z olejem * 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sonda-płynna obiad b/ml WB 300 ml (3, 9) |
| **KOLACJA** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna obiad b/ml WB 500 ml (3, 9) |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 6, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2724.9 kcal** |
| *Białko* | **132.01 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **291.66 g (w tym cukry: 82.20 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **118.57 g (w tym nasycone: 32.75 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **20.91 g** |
| *Sód * * | **1354 mg** |

# Sobota, 17 października 2026 (cd.)

## GL Bezglutenowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb bezglutenowy 100 g (11; może zawierać: 8), Masło extra 82% 10 g (7), Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Pomidor b/skórki 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) 350 ml (9), Ryż na sypko 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami (bez glutenu)* 200 g (9), Cukinia ***pieczona*** z olejem * 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7) |
| **KOLACJA** | Chleb bezglutenowy 100 g (11; może zawierać: 8), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (3, 7), Pomidor b/skórki 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 3, 7, 8, 9, 11**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **1810.6 kcal** |
| *Białko* | **69.62 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **264.57 g (w tym cukry: 39.44 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **57.56 g (w tym nasycone: 19.97 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **22.87 g** |
| *Sód ** | **1216 mg** |

## ML Bezmleczna

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Sałata zielona 30 g, Pomidor b/skórki 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) 350 ml (9), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (1), Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (1, 9), Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Cukinia ***pieczona*** z olejem * 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml (może zawierać: 1, 9, 10) |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Jajko ***gotowane*** kl M 2 szt (3), Dynia ***duszona*** z marchewką * 70 g (1), Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 9, 10**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **1936.3 kcal** |
| *Białko* | **97.82 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **277.67 g (w tym cukry: 45.26 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **57.89 g (w tym nasycone: 13.65 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **29.09 g** |
| *Sód ** | **2612 mg** |

# Sobota, 17 października 2026 (cd.)

## WE Wegetariańska

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza manna na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasztet sojowy pomidorowy 113g 1 szt (6, 10), Sałata zielona 30 g, Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Fasolowa z ziemniakami 350 ml (1, 9), Kasza gryczana 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (1, 9), Kalafior ***gotowany**** 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7) |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (3, 7), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 6, 7, 9, 10**

### Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2409.0 kcal** |
| *Białko* | **86.61 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **361.40 g (w tym cukry: 67.04 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **83.10 g (w tym nasycone: 24.33 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **44.22 g** |
| *Sód ** | **2870 mg** |

# Niedziela, 18 października 2026

## D01 Dieta podstawowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 50 g (7), Dżem 25 g 1 szt, Pomidor 100 g, Kawa z mlekiem instant z/c 5g 250 ml (1, 7) |
| **OBIAD** | Rosół z makaronem 350 ml (1, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Kurczak ***pieczony*** 200 g, Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (7) |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany,***wędzony***,***parzony*** bez osłonki 90 g, Ketchup 15g saszetka 1 szt, Ogórek świeży 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2560.0 kcal** |
| *Białko* | **138.74 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **323.93 g (w tym cukry: 85.46 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **91.79 g (w tym nasycone: 31.19 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **29.28 g** |
| *Sód ** | **3067 mg** |

## D02 Dieta łatwostrawna

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 50 g (7), Dżem 25 g 1 szt, Pomidor b/skórki 100 g, Kawa z mlekiem instant z/c 5g 250 ml (1, 7) |
| **OBIAD** | Rosół z makaronem 350 ml (1, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Kurczak ***gotowany*** 200 g, Sos koperkowy * 100 ml (1, 7), Bukiet jarzyn ***gotowany*** z olejem* 150 g (9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (7) |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany,***wędzony***,***parzony*** bez osłonki 90 g, Ketchup 15g saszetka 1 szt, Cukinia ***pieczona*** z olejem * 100 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2598.7 kcal** |
| *Białko* | **142.11 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **322.20 g (w tym cukry: 83.41 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **93.97 g (w tym nasycone: 31.32 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **28.83 g** |
| *Sód ** | **3309 mg** |

# Niedziela, 18 października 2026 (cd.)

## D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 80 g (7), Pomidor 100 g, Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (1, 7), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7) |
| **II ŚNIADANIE** | Chleb Graham 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Szynka delikatesowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 30 g, Papryka świeża 70 g |
| **OBIAD** | Rosół z makaronem 350 ml (1, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Kurczak ***gotowany*** 200 g, Sos koperkowy * 100 ml (1, 7), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (7) |
| **KOLACJA** | Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany,***wędzony***,***parzony*** bez osłonki 90 g, Ogórek świeży 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
| **POSIŁEK NOCNY** | Chleb Graham 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,***wędzona***,***parzona*** 30 g, Sałata zielona 30 g |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2423.6 kcal** |
| *Białko* | **151.74 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **269.02 g (w tym cukry: 43.56 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **96.61 g (w tym nasycone: 36.38 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **33.55 g** |
| *Sód ** | **3231 mg** |

# Niedziela, 18 października 2026 (cd.)

## D05 Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 350 ml (1, 7), Bułka pszenna długa krojona 100 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 50 g (7), Dżem 25 g 1 szt, Pomidor b/skórki 100 g, Kawa z mlekiem instant z/c 5g 250 ml (1, 7) |
| **II ŚNIADANIE** | Bułka pszenna długa krojona 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Szynka delikatesowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 30 g, Sałata zielona 30 g |
| **OBIAD** | Grysikowa 350 ml (1, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Mięso drobiowe ***gotowane*** z udźca kurczaka 80 g, Sos koperkowy * 100 ml (1, 7), Bukiet jarzyn ***gotowany*** z olejem* 150 g (9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Maślanka 200 ml (7) |
| **KOLACJA** | Bułka pszenna długa krojona 100 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany,***wędzony***,***parzony*** bez osłonki 90 g, Cukinia ***pieczona*** z olejem * 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2339.5 kcal** |
| *Białko* | **110.61 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **343.08 g (w tym cukry: 89.29 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **65.58 g (w tym nasycone: 24.44 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **23.74 g** |
| *Sód ** | **3019 mg** |

## D07 Dieta bogatobiałkowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 50 g (7), Dżem 25 g 1 szt, Pomidor b/skórki 100 g, Kawa z mlekiem instant z/c 5g 250 ml (1, 7) |
| **II ŚNIADANIE** | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7) |
| **OBIAD** | Rosół z makaronem 350 ml (1, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Kurczak ***gotowany*** 200 g, Sos koperkowy * 100 ml (1, 7), Bukiet jarzyn ***gotowany*** z olejem* 150 g (9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (7) |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z ryby ***gotowanej*** (morszczuk) z ryżem i koncentratem pomid. 100 g (4), Cukinia ***pieczona*** z olejem * 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 4, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2663.4 kcal** |
| *Białko* | **149.01 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **333.12 g (w tym cukry: 82.68 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **91.97 g (w tym nasycone: 34.63 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **28.97 g** |
| *Sód ** | **2691 mg** |

# Niedziela, 18 października 2026 (cd.)

## D010 Dieta przetarta

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 500 ml (1, 7), Bułka pszenna długa krojona 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (7), Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sok pomidorowy 0,3l 1 szt |
| **II ŚNIADANIE** | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7) |
| **OBIAD** | Grysikowa 350 ml (1, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Zrazik drobiowy z udźca ***gotowany*** mielony 100 g (1, 3), Sos koperkowy * 100 ml (1, 7), Bukiet jarzyn ***gotowany*** z olejem* 150 g (9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Maślanka 200 ml (7) |
| **KOLACJA** | Ryż na mleku 500 ml (7), Bułka pszenna długa krojona 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z ryby ***gotowanej*** (morszczuk) z ryżem i koncentratem pomid. 100 g (4), Cukinia ***pieczona*** z olejem * 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 4, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2500.5 kcal** |
| *Białko* | **127.79 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **349.71 g (w tym cukry: 101.96 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **71.08 g (w tym nasycone: 31.14 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **22.14 g** |
| *Sód ** | **2982 mg** |

## D011 Dieta papkowata

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol mleczna 500 ml (1, 6, 7) |
| **II ŚNIADANIE** | Sonda-płynna śn kol mleczna 300 ml (1, 6, 7) |
| **OBIAD** | Grysikowa 350 ml (1, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Zrazik drobiowy z udźca ***gotowany*** mielony 100 g (1, 3), Sos koperkowy * 100 ml (1, 7), Bukiet jarzyn ***gotowany*** z olejem* 150 g (9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sonda-płynna śn kol.b/ml 300 ml (3, 9) |
| **KOLACJA** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol.b/ml 500 ml (3, 9) |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 6, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2396.2 kcal** |
| *Białko* | **81.14 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **286.08 g (w tym cukry: 88.37 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **108.48 g (w tym nasycone: 31.54 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **24.42 g** |
| *Sód ** | **1379 mg** |

# Niedziela, 18 października 2026 (cd.)

## D012 Dieta płynna wzmocniona

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol mleczna WB 500 ml (1, 3, 6, 7) |
| **II ŚNIADANIE** | Sonda-płynna śn kol mleczna WB 300 ml (1, 3, 6, 7) |
| **OBIAD** | Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Zrazik drobiowy z udźca ***gotowany*** mielony 100 g (1, 3), Sos koperkowy * 100 ml (1, 7), Bukiet jarzyn ***gotowany*** z olejem* 150 g (9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sonda-płynna obiad b/ml WB 300 ml (3, 9) |
| **KOLACJA** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna obiad b/ml WB 500 ml (3, 9) |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 6, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2515.1 kcal** |
| *Białko* | **127.31 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **262.76 g (w tym cukry: 86.74 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **111.03 g (w tym nasycone: 32.14 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **22.31 g** |
| *Sód * | **1307 mg** |

## GL Bezglutenowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7), Chleb bezglutenowy 100 g (11; może zawierać: 8), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 50 g (7), Dżem 25 g 1 szt, Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Rosół z makaronem (bez glutenu) 350 ml (9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Kurczak ***gotowany*** 200 g, Sos koperkowy *(bez glutenu, bez mleka) 100 ml, Bukiet jarzyn ***gotowany*** z olejem* 150 g (9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (7) |
| **KOLACJA** | Chleb bezglutenowy 100 g (11; może zawierać: 8), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z ryby ***gotowanej*** (morszczuk) z ryżem i koncentratem pomid. 100 g (4), Cukinia ***pieczona*** z olejem * 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 4, 7, 8, 9, 11**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2346.0 kcal** |
| *Białko* | **115.39 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **288.97 g (w tym cukry: 65.11 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **87.20 g (w tym nasycone: 28.36 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **25.37 g** |
| *Sód * | **1370 mg** |

# Niedziela, 18 października 2026 (cd.)

## ML Bezmleczna

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Szynka delikatesowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 30 g, Dżem 25 g 1 szt, Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Rosół z makaronem 350 ml (1, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Kurczak ***gotowany*** 200 g, Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (1), Bukiet jarzyn ***gotowany*** z olejem* 150 g (9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jabłko ***pieczone*** 1szt. 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Pasta z ryby ***gotowanej*** (morszczuk) z ryżem i koncentratem pomid. 100 g (4), Cukinia ***pieczona*** z olejem * 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 4, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2210.7 kcal** |
| *Białko* | **116.72 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **297.75 g (w tym cukry: 73.17 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **72.29 g (w tym nasycone: 17.44 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **29.85 g** |
| *Sód ** | **2629 mg** |

## WE Wegetariańska

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 50 g (7), Dżem 25 g 1 szt, Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Grysikowa 350 ml (1, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Kotlety z soczewicy ***pieczone*** 100 g (1, 3), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (7) |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z ryby ***gotowanej*** (morszczuk) z ryżem i koncentratem pomid. 100 g (4), Ogórek świeży 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 4, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2232.1 kcal** |
| *Białko* | **88.17 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **351.05 g (w tym cukry: 83.47 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **64.15 g (w tym nasycone: 21.04 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **31.93 g** |
| *Sód ** | **2131 mg** |

# Poniedziałek, 19 października 2026

## D01 Dieta podstawowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (7), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Barszcz ukraiński z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Kopytka ziemniaczane * 300 g (1, 3, 7), Sos pomidorowy 100 ml (1), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7), Brokuł ***gotowany**** 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Ser żółty 60 g (7), Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 350 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 3, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2429.4 kcal** |
| *Białko* | **91.61 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **386.56 g (w tym cukry: 67.73 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **68.18 g (w tym nasycone: 36.73 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **30.97 g** |
| *Sód ** | **2421 mg** |

## D02 Dieta łatwostrawna

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (7), Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Kopytka ziemniaczane * 300 g (1, 3, 7), Sos pomidorowy 100 ml (1), Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem 150 g (1, 9), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Indyk z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Marchew ***gotowana*** z olejem* 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 350 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 3, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2373.8 kcal** |
| *Białko* | **88.97 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **399.37 g (w tym cukry: 84.51 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **55.48 g (w tym nasycone: 25.61 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **29.96 g** |
| *Sód ** | **2022 mg** |

# Poniedziałek, 19 października 2026 (cd.)

## D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (7), Maślanka 200 ml (7), Herbata czarna granulowana b/c 400 ml, Papryka świeża 100 g |
| **II ŚNIADANIE** | Chleb Graham 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Twaróg półtłusty 30 g (7), Pomidor 70 g |
| **OBIAD** | Barszcz ukraiński z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Leczo wegetariańskie z soczewicą* 200 g, Brokuł ***gotowany**** 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Ser żółty 60 g (7), Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
| **POSIŁEK NOCNY** | Chleb Graham 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Indyk z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 30 g, Sałata zielona 30 g |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **1972.9 kcal** |
| *Białko* | **93.46 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **293.88 g (w tym cukry: 48.94 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **63.78 g (w tym nasycone: 34.18 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **41.86 g** |
| *Sód ** | **2526 mg** |

## D05 Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (7), Bułka pszenna długa krojona 100 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (7), Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Bułka pszenna długa krojona 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Twaróg półtłusty 30 g (7), Pomidor b/skórki 70 g |
| **OBIAD** | Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Kopytka ziemniaczane * 200 g (1, 3, 7), Sos pomidorowy 100 ml (1), Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem 150 g (1, 9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml, Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7) |
| **PODWIECZOREK** | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt |
| **KOLACJA** | Bułka pszenna długa krojona 100 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Indyk z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Marchew ***gotowana*** z olejem* 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 350 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2410.8 kcal** |
| *Białko* | **96.96 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **391.49 g (w tym cukry: 89.95 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **57.16 g (w tym nasycone: 27.84 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **25.98 g** |
| *Sód ** | **1785 mg** |

# Poniedziałek, 19 października 2026 (cd.)

## D07 Dieta bogatobiałkowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: 7, 10), Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Chleb Graham 50 g (1), Twaróg półtłusty 30 g (7), Pomidor b/skórki 70 g |
| **OBIAD** | Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Gulasz z udźca kurczaka 200 g (1), Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem 150 g (1, 9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Indyk z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Sałata zielona 30 g, Marchew ***gotowana*** z olejem* 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 350 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 7, 9, 10**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **1901.7 kcal** |
| *Białko* | **89.10 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **310.08 g (w tym cukry: 69.08 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **42.97 g (w tym nasycone: 15.91 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **34.62 g** |
| *Sód ** | **2606 mg** |

## D010 Dieta przetarta

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (7), Bułka pszenna długa krojona 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), mielona Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: 7, 10), Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Maślanka 200 ml (7) |
| **OBIAD** | Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos pietruszkowy* 100 ml (1, 7), Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem 150 g (1, 9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (7) |
| **KOLACJA** | Płatki pszenne na mleku 350 ml (1, 7), Bułka pszenna długa krojona 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), mielony Indyk z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Marchew ***gotowana*** z olejem* 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 350 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 7, 9, 10**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2287.0 kcal** |
| *Białko* | **108.87 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **343.96 g (w tym cukry: 93.50 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **59.70 g (w tym nasycone: 23.73 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **29.66 g** |
| *Sód ** | **2582 mg** |

# Poniedziałek, 19 października 2026 (cd.)

## D011 Dieta papkowata

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol mleczna 500 ml (1, 6, 7) |
| **II ŚNIADANIE** | Sonda-płynna śn kol mleczna 300 ml (1, 6, 7) |
| **OBIAD** | Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos pietruszkowy* 100 ml (1, 7), Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem 150 g (1, 9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sonda-płynna śn kol.b/ml 300 ml (3, 9) |
| **KOLACJA** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 350 ml, Sonda-płynna śn kol.b/ml 500 ml (3, 9) |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 6, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2539.9 kcal** |
| *Białko* | **86.01 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **311.45 g (w tym cukry: 88.45 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **112.45 g (w tym nasycone: 31.77 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **30.83 g** |
| *Sód ** | **1532 mg** |

## D012 Dieta płynna wzmocniona

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol mleczna WB 500 ml (1, 3, 6, 7) |
| **II ŚNIADANIE** | Sonda-płynna śn kol mleczna WB 300 ml (1, 3, 6, 7) |
| **OBIAD** | Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos pietruszkowy* 100 ml (1, 7), Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem 150 g (1, 9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sonda-płynna obiad b/ml WB 300 ml (3, 9) |
| **KOLACJA** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 350 ml, Sonda-płynna obiad b/ml WB 500 ml (3, 9) |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 6, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2546.5 kcal** |
| *Białko* | **129.32 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **263.43 g (w tym cukry: 81.01 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **113.99 g (w tym nasycone: 32.26 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **25.44 g** |
| *Sód ** | **1324 mg** |

# Poniedziałek, 19 października 2026 (cd.)

## GL Bezglutenowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (7), Chleb bezglutenowy 100 g (11; może zawierać: 8), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta mięsno-warzywna, ze schabu ***gotowanego**** 60 g (9), Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka, glutenu) 350 ml (9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Gulasz z udźca kurczaka (bez glutenu) 200 g, Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem b/glutenu 150 g (9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb bezglutenowy 100 g (11; może zawierać: 8), Masło extra 82% 10 g (7), Indyk z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Marchew ***gotowana*** z olejem* 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 350 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 7, 8, 9, 11**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2056.6 kcal** |
| *Białko* | **77.89 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **327.45 g (w tym cukry: 80.86 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **56.24 g (w tym nasycone: 18.64 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **33.58 g** |
| *Sód ** | **1084 mg** |

## ML Bezmleczna

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Pasta mięsno-warzywna, ze schabu ***gotowanego**** 60 g (9), Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka, glutenu) 350 ml (9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Gulasz z udźca kurczaka 200 g (1), Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem 150 g (1, 9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Indyk z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Marchew ***gotowana*** z olejem* 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 350 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **1809.5 kcal** |
| *Białko* | **80.28 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **301.93 g (w tym cukry: 66.73 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **43.08 g (w tym nasycone: 9.42 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **34.77 g** |
| *Sód ** | **2098 mg** |

# Poniedziałek, 19 października 2026 (cd.)

## WE Wegetariańska

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (7), Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (1), Bułka pszenna długa krojona 30 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Hummus 100 g (11), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Kopytka ziemniaczane * 300 g (1, 3, 7), Sos pomidorowy 100 ml (1), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7), Brokuł ***gotowany**** 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (1), Bułka pszenna długa krojona 30 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Ser żółty 60 g (7), Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 350 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 7, 9, 11**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2806.2 kcal** |
| *Białko* | **87.40 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **422.23 g (w tym cukry: 62.68 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **91.33 g (w tym nasycone: 36.88 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **25.53 g** |
| *Sód ** | **3329 mg** |

# Wtorek, 20 października 2026

## D01 Dieta podstawowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,***wędzona***,***parzona*** 30 g, Jajko ***gotowane*** kl M 1 szt (3), Ogórek świeży 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Jarzynowa z ziemniakami -podstawa 350 ml (1, 7, 9), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (1), Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos ziołowy* 100 ml (1, 9), Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jabłko 1 szt 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 80 g (7), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 3, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2135.4 kcal** |
| *Białko* | **91.62 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **335.72 g (w tym cukry: 77.02 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **60.27 g (w tym nasycone: 22.62 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **35.69 g** |
| *Sód ** | **2317 mg** |

## D02 Dieta łatwostrawna

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,***wędzona***,***parzona*** 30 g, Jajko ***gotowane*** kl M 1 szt (3), Cukinia ***pieczona*** z olejem * 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Jarzynowa z ziemniakami-dieta b/brokuła i kalafiora 350 ml (1, 7, 9), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (1), Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos ziołowy* 100 ml (1, 9), Dynia z wody 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jabłko ***pieczone*** 1szt. 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 80 g (7), Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 3, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2080.7 kcal** |
| *Białko* | **93.16 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **323.79 g (w tym cukry: 76.91 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **55.44 g (w tym nasycone: 22.35 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **32.51 g** |
| *Sód ** | **2533 mg** |

# Wtorek, 20 października 2026 (cd.)

## D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (7), Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,***wędzona***,***parzona*** 30 g, Jajko ***gotowane*** kl M 1 szt (3), Ogórek świeży 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Chleb Graham 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7), Pomidor 70 g |
| **OBIAD** | Jarzynowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (1), Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos ziołowy* 100 ml (1, 9), Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7), Jabłko 1 szt 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 80 g (7), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
| **POSIŁEK NOCNY** | Chleb Graham 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Schab z zalewy- wędzonka wieprzowa, ***parzona***, ***zapiekana*** 30 g, Sałata zielona 30 g |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 3, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2160.6 kcal** |
| *Białko* | **104.89 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **302.16 g (w tym cukry: 48.13 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **74.43 g (w tym nasycone: 31.77 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **38.48 g** |
| *Sód ** | **2536 mg** |

# Wtorek, 20 października 2026 (cd.)

## D05 Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 350 ml (1, 7), Bułka pszenna długa krojona 100 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,*wędzona*,*parzona* 30 g, Pasta z białek z koperkiem 50 g (3, 7), Cukinia *pieczona* z olejem * 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Bułka pszenna długa krojona 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7), Pomidor b/skórki 70 g |
| **OBIAD** | Jarzynowa z ziemniakami-dieta b/brokuła i kalafiora 350 ml (1, 7, 9), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (1), Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos ziołowy* 100 ml (1, 9), Dynia z wody 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jabłko *pieczone* 1szt. 1 szt |
| **KOLACJA** | Bułka pszenna długa krojona 100 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 80 g (7), Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2424.5 kcal** |
| *Białko* | **109.95 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **359.56 g (w tym cukry: 81.79 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **67.41 g (w tym nasycone: 28.80 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **28.55 g** |
| *Sód ** | **2455 mg** |

## D07 Dieta bogatobiałkowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,*wędzona*,*parzona* 30 g, Jajko *gotowane* kl M 1 szt (3), Cukinia *pieczona* z olejem * 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7), Pomidor b/skórki 70 g |
| **OBIAD** | Jarzynowa z ziemniakami-dieta b/brokuła i kalafiora 350 ml (1, 7, 9), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (1), Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos ziołowy* 100 ml (1, 9), Dynia z wody 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jabłko *pieczone* 1szt. 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 80 g (7), Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2298.7 kcal** |
| *Białko* | **101.68 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **352.65 g (w tym cukry: 78.98 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **63.85 g (w tym nasycone: 27.77 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **34.38 g** |
| *Sód ** | **2799 mg** |

# Wtorek, 20 października 2026 (cd.)

## D010 Dieta przetarta

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 350 ml (1, 7), Bułka pszenna długa krojona 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (3, 7), Cukinia ***pieczona*** z olejem * 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (7) |
| **OBIAD** | Jarzynowa z ziemniakami-dieta b/brokuła i kalafiora 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos ziołowy* 100 ml (1, 9), Dynia z wody 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7) |
| **KOLACJA** | Kasza manna na mleku 400 ml (1, 7), Bułka pszenna długa krojona 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twarożek z natką pietruszki 100 g (7), Pasta warzywna* 100 g (9), Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2363.7 kcal** |
| *Białko* | **114.40 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **317.85 g (w tym cukry: 88.67 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **75.58 g (w tym nasycone: 31.83 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **25.82 g** |
| *Sód ** | **2185 mg** |

## D011 Dieta papkowata

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol mleczna 500 ml (1, 6, 7) |
| **II ŚNIADANIE** | Sonda-płynna śn kol mleczna 300 ml (1, 6, 7) |
| **OBIAD** | Jarzynowa z ziemniakami-dieta b/brokuła i kalafiora 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos ziołowy* 100 ml (1, 9), Bukiet jarzyn ***gotowany*** z olejem* 150 g (9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sonda-płynna śn kol.b/ml 300 ml (3, 9) |
| **KOLACJA** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol.b/ml 500 ml (3, 9) |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 6, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2478.8 kcal** |
| *Białko* | **82.81 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **297.61 g (w tym cukry: 84.90 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **112.69 g (w tym nasycone: 31.84 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **28.15 g** |
| *Sód ** | **1394 mg** |

# Wtorek, 20 października 2026 (cd.)

## D012 Dieta płynna wzmocniona

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol mleczna WB 500 ml (1, 3, 6, 7) |
| **II ŚNIADANIE** | Sonda-płynna śn kol mleczna WB 300 ml (1, 3, 6, 7) |
| **OBIAD** | Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos ziołowy* 100 ml (1, 9), Bukiet jarzyn ***gotowany*** z olejem* 150 g (9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sonda-płynna obiad b/ml WB 300 ml (3, 9) |
| **KOLACJA** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna obiad b/ml WB 500 ml (3, 9) |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 6, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2518.8 kcal** |
| *Białko* | **127.07 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **256.91 g (w tym cukry: 80.54 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **114.21 g (w tym nasycone: 32.33 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **22.58 g** |
| *Sód ** | **1275 mg** |

## GL Bezglutenowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb bezglutenowy 100 g (11; może zawierać: 8), Masło extra 82% 10 g (7), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,***wędzona***,***parzona*** 30 g, Jajko ***gotowane*** kl M 1 szt (3), Cukinia ***pieczona*** z olejem * 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Jarzynowa z ziemniakami-dieta b/brokuła i kalafiora (b/ml, b/gl) 350 ml (9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (3), Sos ziołowy* (bez glutenu) 100 ml (9), Dynia z wody 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jabłko ***pieczone*** 1szt. 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb bezglutenowy 100 g (11; może zawierać: 8), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 80 g (7), Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 3, 7, 8, 9, 11**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **1806.4 kcal** |
| *Białko* | **70.58 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **273.88 g (w tym cukry: 61.98 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **52.88 g (w tym nasycone: 18.00 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **28.57 g** |
| *Sód ** | **1314 mg** |

# Wtorek, 20 października 2026 (cd.)

## ML Bezmleczna

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,*wędzona*,*parzona* 30 g, Jajko *gotowane* kl M 1 szt (3), Cukinia *pieczona* z olejem * 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Jarzynowa z ziemniakami-dieta b/brokuła i kalafiora (b/ml, b/gl) 350 ml (9), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (1), Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos ziołowy* 100 ml (1, 9), Dynia z wody 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jabłko *pieczone* 1szt. 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Szynka wieprzowa *gotowana* pasta 60 g, Pomidor b/skórki 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 3, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **1836.3 kcal** |
| *Białko* | **83.68 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **284.61 g (w tym cukry: 59.27 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **49.70 g (w tym nasycone: 11.88 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **30.62 g** |
| *Sód ** | **2496 mg** |

## WE Wegetariańska

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Jajko *gotowane* kl M 1 szt (3), Ogórek świeży 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Jarzynowa z ziemniakami -podstawa 350 ml (1, 7, 9), Kotlety jęczmienne z cebulką i twarogiem - *pieczone* 300 g (1, 3, 7), Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jabłko 1 szt 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 80 g (7), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 3, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2191.5 kcal** |
| *Białko* | **80.31 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **337.12 g (w tym cukry: 78.69 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **69.35 g (w tym nasycone: 23.40 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **34.37 g** |
| *Sód ** | **1842 mg** |

# Środa, 21 października 2026

## D01 Dieta podstawowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Makaron na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, ***parzona***, ***zapiekana*** 60 g, Pomidor 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Szpinakowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Gulasz węgierski-drobiowy 200 g (1), Fasolka szparagowa z wody* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Maślanka 200 ml (7) |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z makreli ***wędzonej*** z warzywami* 100 g (4, 9), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 4, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2310.2 kcal** |
| *Białko* | **111.64 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **331.04 g (w tym cukry: 71.81 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **72.27 g (w tym nasycone: 25.30 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **33.12 g** |
| *Sód ** | **3953 mg** |

## D02 Dieta łatwostrawna

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Makaron na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Bukiet jarzyn ***gotowany*** z olejem* 70 g (9), Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Szpinakowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (1, 9), Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem 150 g (1, 9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Maślanka 200 ml (7) |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z ryby ***gotowanej*** (morszczuk) z ryżem,koncentratem pomid i warzywami 100 g (4, 9), Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 4, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2155.3 kcal** |
| *Białko* | **106.10 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **348.96 g (w tym cukry: 80.11 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **49.50 g (w tym nasycone: 19.70 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **39.09 g** |
| *Sód ** | **2862 mg** |

# Środa, 21 października 2026 (cd.)

## D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7), Pomidor 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Chleb Graham 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Twaróg półtłusty 30 g (7), Papryka świeża 70 g |
| **OBIAD** | Szpinakowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Gulasz węgierski-drobiowy 200 g (1), Fasolka szparagowa z wody* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Maślanka 200 ml (7) |
| **KOLACJA** | Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z makreli ***wędzonej*** z warzywami* 100 g (4, 9), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
| **POSIŁEK NOCNY** | Chleb Graham 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Ser żółty 30 g (7), Sałata zielona 30 g |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 4, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2265.2 kcal** |
| *Białko* | **123.74 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **283.96 g (w tym cukry: 40.31 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **85.98 g (w tym nasycone: 35.29 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **38.27 g** |
| *Sód ** | **3670 mg** |

## D05 Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Makaron na mleku 350 ml (1, 7), Bułka pszenna długa krojona 100 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Bukiet jarzyn ***gotowany*** z olejem* 70 g (9), Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Bułka pszenna długa krojona 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Twaróg półtłusty 30 g (7), Pomidor b/skórki 70 g |
| **OBIAD** | Szpinakowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (1, 9), Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem 150 g (1, 9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Maślanka 200 ml (7) |
| **KOLACJA** | Bułka pszenna długa krojona 100 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z ryby ***gotowanej*** (morszczuk) z ryżem,koncentratem pomid i warzywami 100 g (4, 9), Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 4, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2396.3 kcal** |
| *Białko* | **117.86 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **377.15 g (w tym cukry: 85.60 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **55.67 g (w tym nasycone: 23.33 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **35.11 g** |
| *Sód ** | **2636 mg** |

# Środa, 21 października 2026 (cd.)

## D07 Dieta bogatobiałkowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Makaron na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Bukiet jarzyn ***gotowany*** z olejem* 70 g (9), Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Twaróg półtłusty 30 g (7), Pomidor b/skórki 70 g |
| **OBIAD** | Szpinakowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Gulasz z udźca kurczaka 200 g (1), Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem 150 g (1, 9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Maślanka 200 ml (7) |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z ryby ***gotowanej*** (morszczuk) z ryżem,koncentratem pomid i warzywami 100 g (4, 9), Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 4, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2371.1 kcal** |
| *Białko* | **117.79 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **365.48 g (w tym cukry: 80.36 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **61.22 g (w tym nasycone: 24.04 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **38.52 g** |
| *Sód ** | **3048 mg** |

# Środa, 21 października 2026 (cd.)

## D010 Dieta przetarta

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Makaron na mleku 500 ml (1, 7), Bułka pszenna długa krojona 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), mielony Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Bukiet jarzyn ***gotowany*** z olejem* 100 g (9), Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 40 g |
| **II ŚNIADANIE** | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (7) |
| **OBIAD** | Szpinakowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos pietruszkowy* 100 ml (1, 7), Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem 150 g (1, 9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Maślanka 200 ml (7) |
| **KOLACJA** | Kasza kukurydziana na mleku 500 ml (7), Bułka pszenna długa krojona 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z ryby ***gotowanej*** (morszczuk) z ryżem,koncentratem pomid i warzywami 100 g (4, 9), Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 4, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2606.0 kcal** |
| *Białko* | **138.12 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **372.06 g (w tym cukry: 111.42 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **70.09 g (w tym nasycone: 28.27 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **31.61 g** |
| *Sód ** | **2749 mg** |

## D011 Dieta papkowata

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol mleczna 500 ml (1, 6, 7) |
| **II ŚNIADANIE** | Sonda-płynna śn kol mleczna 300 ml (1, 6, 7) |
| **OBIAD** | Szpinakowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos pietruszkowy* 100 ml (1, 7), Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem 150 g (1, 9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sonda-płynna śn kol.b/ml 300 ml (3, 9) |
| **KOLACJA** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol.b/ml 500 ml (3, 9) |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 6, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2491.7 kcal** |
| *Białko* | **84.87 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **300.01 g (w tym cukry: 84.29 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **112.44 g (w tym nasycone: 31.76 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **29.71 g** |
| *Sód ** | **1418 mg** |

# Środa, 21 października 2026 (cd.)

## D012 Dieta płynna wzmocniona

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol mleczna WB 500 ml (1, 3, 6, 7) |
| **II ŚNIADANIE** | Sonda-płynna śn kol mleczna WB 300 ml (1, 3, 6, 7) |
| **OBIAD** | Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (1, 3), Sos pietruszkowy* 100 ml (1, 7), Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem 150 g (1, 9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sonda-płynna obiad b/ml WB 300 ml (3, 9) |
| **KOLACJA** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna obiad b/ml WB 500 ml (3, 9) |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 3, 6, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2548.8 kcal** |
| *Białko* | **129.32 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **264.03 g (w tym cukry: 81.61 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **113.99 g (w tym nasycone: 32.26 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **25.44 g** |
| *Sód ** | **1324 mg** |

## GL Bezglutenowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7), Chleb bezglutenowy 100 g (11; może zawierać: 8), Masło extra 82% 10 g (7), Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Bukiet jarzyn ***gotowany*** z olejem* 70 g (9), Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) 350 ml (9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (3), Gulasz z udźca kurczaka (bez glutenu) 200 g, Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem b/selera 150 g (9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Jabłko ***pieczone*** 1szt. 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb bezglutenowy 100 g (11; może zawierać: 8), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z ryby ***gotowanej*** (morszczuk) z ryżem,koncentratem pomid i warzywami 100 g (4, 9), Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 3, 4, 7, 8, 9, 11

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2229.8 kcal** |
| *Białko* | **106.69 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **310.74 g (w tym cukry: 67.29 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **70.69 g (w tym nasycone: 20.54 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **37.01 g** |
| *Sód ** | **1728 mg** |

# Środa, 21 października 2026 (cd.)

## ML Bezmleczna

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 60 g, Sałata zielona 30 g, Bukiet jarzyn ***gotowany*** z olejem* 70 g (9), Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) 350 ml (9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Gulasz z udźca kurczaka 200 g (1), Seler z pietruszką ***gotowany*** z olejem 150 g (1, 9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (może zawierać: 1, 9, 10) |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Pasta z ryby ***gotowanej*** (morszczuk) z ryżem,koncentratem pomid i warzywami 100 g (4, 9), Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 4, 9, 10**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **1910.8 kcal** |
| *Białko* | **88.93 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **311.16 g (w tym cukry: 66.23 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **46.31 g (w tym nasycone: 9.64 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **35.87 g** |
| *Sód ** | **2611 mg** |

## WE Wegetariańska

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Makaron na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 80 g (7), Pomidor 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Szpinakowa z ziemniakami 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Curry warzywne z ciecierzycą * 300 g (1, 9), Fasolka szparagowa z wody* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Maślanka 200 ml (7) |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z ryby ***gotowanej*** (morszczuk) z ryżem,koncentratem pomid i warzywami 100 g (4, 9), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 4, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2183.4 kcal** |
| *Białko* | **95.62 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **361.21 g (w tym cukry: 80.07 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **51.67 g (w tym nasycone: 20.22 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **38.57 g** |
| *Sód ** | **2625 mg** |

# Czwartek, 22 października 2026

## D01 Dieta podstawowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza manna na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Ser żółty 30 g (7), Miód (25g) 1 szt, Ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Krupnik jęczmienny 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Bitka schabowa ***duszona*** 80 g (1), Sos własny 100 ml (1, 9), Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 150 g (9), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Śliwka szt 2 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 80 g (7), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2171.9 kcal** |
| *Białko* | **89.35 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **336.75 g (w tym cukry: 88.70 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **65.04 g (w tym nasycone: 26.94 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **35.24 g** |
| *Sód ** | **3090 mg** |

## D02 Dieta łatwostrawna

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza manna na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Szynka delikatesowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 30 g, Miód (25g) 1 szt, Cukinia ***pieczona*** z olejem * 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Krupnik jęczmienny 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Bitka schabowa ***duszona*** 80 g (1), Sos własny 100 ml (1, 9), Marchew ***gotowana*** z olejem* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Banan 1szt. 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 80 g (7), Sałatka z pomidorów (bez skórki) i koperku 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2196.4 kcal** |
| *Białko* | **90.25 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **359.99 g (w tym cukry: 117.40 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **54.75 g (w tym nasycone: 21.04 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **30.52 g** |
| *Sód ** | **2404 mg** |

# Czwartek, 22 października 2026 (cd.)

## D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Ser żółty 60 g (7), Ogórek kiszony 100 g, Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7), Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Chleb Graham 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Pasta z kurczaka 30 g, Pomidor 70 g |
| **OBIAD** | Krupnik jęczmienny 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Bitka schabowa ***duszona*** 80 g (1), Sos własny 100 ml (1, 9), Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 150 g (9), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Śliwka szt 2 szt, Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (7) |
| **KOLACJA** | Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 80 g (7), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 400 ml |
| **POSIŁEK NOCNY** | Chleb Graham 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, ***parzony*** w osłonce niejadalnej 30 g, Sałata zielona 30 g |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2202.5 kcal** |
| *Białko* | **115.15 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **275.42 g (w tym cukry: 40.62 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **87.27 g (w tym nasycone: 39.86 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **39.55 g** |
| *Sód ** | **3409 mg** |

## D05 Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza manna na mleku 350 ml (1, 7), Bułka pszenna długa krojona 100 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Szynka delikatesowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 30 g, Miód (25g) 1 szt, Cukinia ***pieczona*** z olejem * 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Bułka pszenna długa krojona 30 g (1), Masło extra 82% 5 g (7), Pasta z kurczaka 30 g, Pomidor b/skórki 70 g |
| **OBIAD** | Krupnik jęczmienny 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Mięso drobiowe ***gotowane*** z udźca kurczaka 80 g, Sos koperkowy * 100 ml (1, 7), Marchew ***gotowana*** z olejem* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Banan 1szt. 1 szt |
| **KOLACJA** | Bułka pszenna długa krojona 100 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Twaróg półtłusty 80 g (7), Sałatka z pomidorów (bez skórki) i koperku 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2372.5 kcal** |
| *Białko* | **99.34 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **383.11 g (w tym cukry: 122.12 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **57.17 g (w tym nasycone: 23.81 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **26.49 g** |
| *Sód ** | **2224 mg** |

# Czwartek, 22 października 2026 (cd.)

## D07 Dieta bogatobiałkowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza manna na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Szynka delikatesowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 60 g, Miód (25g) 1 szt, Sałata zielona 30 g, Cukinia ***pieczona*** z olejem * 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7) |
| **OBIAD** | Krupnik jęczmienny 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Bitka schabowa ***duszona*** 80 g (1), Sos własny 100 ml (1, 9), Marchew ***gotowana*** z olejem* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Banan 1szt. 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (7), Sałatka z pomidorów (bez skórki) i koperku 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2346.3 kcal** |
| *Białko* | **105.03 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **370.07 g (w tym cukry: 118.23 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **60.53 g (w tym nasycone: 24.06 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **31.02 g** |
| *Sód ** | **2793 mg** |

## D010 Dieta przetarta

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza manna na mleku 350 ml (1, 7), Bułka pszenna długa krojona 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), mielona Szynka delikatesowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 60 g, Cukinia ***pieczona*** z olejem * 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7) |
| **OBIAD** | Krupnik jęczmienny 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Zrazik drobiowy z udźca ***gotowany*** mielony 100 g (1, 3), Sos koperkowy * 100 ml (1, 7), Marchew ***gotowana*** z olejem* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (7) |
| **KOLACJA** | Płatki pszenne na mleku 300 ml (1, 7), Bułka pszenna długa krojona 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (7), Pasta z brokuła * 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 3, 7, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2148.2 kcal** |
| *Białko* | **108.20 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **293.96 g (w tym cukry: 80.37 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **66.21 g (w tym nasycone: 27.57 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **23.89 g** |
| *Sód ** | **2797 mg** |

# Czwartek, 22 października 2026 (cd.)

## D011 Dieta papkowata

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol mleczna 500 ml (1, 6, 7) |
| **II ŚNIADANIE** | Sonda-płynna śn kol mleczna 300 ml (1, 6, 7) |
| **OBIAD** | Krupnik jęczmienny 350 ml (1, 7, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Mięso drobiowe ***gotowane*** z udźca kurczaka 80 g, Sos koperkowy * 100 ml (1, 7), Marchew ***gotowana*** z olejem* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sonda-płynna śn kol.b/ml 300 ml (3, 9) |
| **KOLACJA** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol.b/ml 500 ml (3, 9) |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 3, 6, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2327.7 kcal** |
| *Białko* | **80.28 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **270.35 g (w tym cukry: 83.10 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **108.23 g (w tym nasycone: 31.52 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **24.58 g** |
| *Sód ** | **1332 mg** |

## D012 Dieta płynna wzmocniona

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna śn kol mleczna WB 500 ml (1, 3, 6, 7) |
| **II ŚNIADANIE** | Sonda-płynna śn kol mleczna WB 300 ml (1, 3, 6, 7) |
| **OBIAD** | Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Mięso drobiowe ***gotowane*** z udźca kurczaka 80 g, Sos koperkowy * 100 ml (1, 7), Marchew ***gotowana*** z olejem* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Sonda-płynna obiad b/ml WB 300 ml (3, 9) |
| **KOLACJA** | Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Sonda-płynna obiad b/ml WB 500 ml (3, 9) |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 3, 6, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2435.5 kcal** |
| *Białko* | **126.43 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **246.69 g (w tym cukry: 80.93 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **109.49 g (w tym nasycone: 31.96 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **21.50 g** |
| *Sód ** | **1252 mg** |

# Czwartek, 22 października 2026 (cd.)

## GL Bezglutenowa

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb bezglutenowy 100 g (11; może zawierać: 8), Masło extra 82% 10 g (7), Szynka delikatesowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 60 g, Cukinia ***pieczona*** z olejem * 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml, Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7) |
| **OBIAD** | Ryżowa (bez mleka) 350 ml (9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Schab ***gotowany*** 80 g, Sos własny (bez glutenu) 100 ml, Marchew ***gotowana*** z olejem* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Banan 1szt. 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb bezglutenowy 100 g (11; może zawierać: 8), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (7), Sałatka z pomidorów (bez skórki) i koperku 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 7, 8, 9, 11**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **1934.4 kcal** |
| *Białko* | **78.89 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **303.65 g (w tym cukry: 83.75 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **51.71 g (w tym nasycone: 19.30 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **27.42 g** |
| *Sód * * | **1456 mg** |

## ML Bezmleczna

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Szynka delikatesowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 30 g, Miód (25g) 1 szt, Cukinia ***pieczona*** z olejem * 70 g, Sałata zielona 30 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Krupnik jęczmienny (bez mleka) 350 ml (1, 9), Ziemniaki ***gotowane*** 200 g, Bitka schabowa ***duszona*** 80 g (1), Sos własny 100 ml (1, 9), Marchew ***gotowana*** z olejem* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Banan 1szt. 1 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g, Pasta mięsno-warzywna, z szynki wp. ***gotowanej**** 100 g (9), Sałatka z pomidorów (bez skórki) i koperku 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE): 1, 9**

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **1966.7 kcal** |
| *Białko* | **77.24 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **325.42 g (w tym cukry: 101.99 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **50.89 g (w tym nasycone: 10.44 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **31.66 g** |
| *Sód * * | **2399 mg** |

# Czwartek, 22 października 2026 (cd.)

## WE Wegetariańska

| | |
|---|---|
| **ŚNIADANIE** | Kasza manna na mleku 350 ml (1, 7), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Ser żółty 30 g (7), Miód (25g) 1 szt, Ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |
| **OBIAD** | Krupnik jęczmienny 400 ml (1, 7, 9), Kotlety ziemniaczane ***pieczone*** 300 g (1, 3), Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 150 g (9), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (7), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml |
| **PODWIECZOREK** | Śliwka szt 2 szt |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (1), Chleb Graham 50 g (1), Masło extra 82% 10 g (7), Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (7), Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 5g 400 ml |

**Alergeny (numery wg wykazu 14 alergenów UE):** 1, 3, 7, 9

**Dobowa wartość energetyczna i odżywcza diety**

| | |
|---|---|
| *Wartość energetyczna* | **2382.5 kcal** |
| *Białko* | **81.74 g** |
| *Węglowodany (w tym cukry)* | **380.95 g (w tym cukry: 89.31 g)** |
| *Tłuszcz (w tym nasycone kw. tł.)* | **71.04 g (w tym nasycone: 28.73 g)** |
| *Błonnik pokarmowy* | **35.38 g** |
| *Sód ** | **2997 mg** |