Jadłospisy za okres od dnia 08.06.2026 do dnia 21.06.2026 KUCHNIA

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
08.06.2026 poniedziałek	Śniadanie	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (**Lak, może zawierać: GLU,**) Chleb razowy 25 g (**GLU,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Kiełbasa krakowska 50 g (**Sj,**) Twarożek z ogórkiem i koperkiem 50 g (**Lak,**) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (**Lak, może zawierać: GLU,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Kiełbasa krakowska 50 g (**Sj,**) Twarożek z zieleniną 50 g (**Lak,**) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Kiełbasa krakowska 50 g (**Sj,**) Twarożek z ogórkiem i koperkiem 2 [Por] x 50 g (**Lak,**) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (**Lak, może zawierać: GLU,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (**Sj, Lak,**) Twarożek z zieleniną 50 g (**Lak,**) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (**Lak, może zawierać: GLU,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (**Sj, Lak,**) Twarożek z zieleniną 2 [Por] x 50 g (**Lak,**) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą b/mleka 300 ml (**S,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Mix do smarowania 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g (**Sj, Lak,**) Sałata liść 15 g Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą b/mleka 300 ml (**S,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (**Sj, Lak,**) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (**Lak, może zawierać: GLU,**) Chleb razowy 25 g (**GLU,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Twarożek z ogórkiem i koperkiem 100 g (**Lak,**) Sałata liść 15 g Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	herbatniki 25 g (**GLU, Lak, może zawierać: JAJ, ORZ,**)		Jabłko 150 g	herbatniki 25 g (**GLU, Lak, może zawierać: JAJ, ORZ,**)		Jabłko 150 g	herbatniki 25 g (**GLU, Lak, może zawierać: JAJ, ORZ,**)	Jabłko 150 g
	Obiad	Zupa z czerwonej soczewicy 350 ml (**GLU, Lak, S,**) Makaron w sosie szpinak. z kurczakiem 350 g (**GLU, Lak,**) Jabłko 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 350 ml (**GLU, S,**) Makaron w sosie szpinak. z kurczakiem 350 g (**GLU, Lak,**) Jabłko 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z czerwonej soczewicy 350 ml (**GLU, Lak, S,**) Makaron raz. w sosie szpinak. z kurczakiem 350 g (**GLU, Lak, może zawierać: JAJ,**) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g (**SO,**) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 350 ml (**GLU, S,**) Pulpet drobiowy 100 g (**GLU, JAJ,**) Sos koperkowy 50 g (**GLU, Lak, S,**) Ziemniaki z koprem 150 g Dynia pieczona 150 g (**GLU,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 350 ml (**GLU, S,**) Pulpet drobiowy 2 [Por] x 100 g (**GLU, JAJ,**) Sos koperkowy 50 g (**GLU, Lak, S,**) Ziemniaki z koprem 150 g Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g (**SO,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 350 ml (**GLU, S,**) Pulpet drobiowy 100 g (**GLU, JAJ,**) Sos koperkowy 50 g (**GLU, Lak, S,**) Ziemniaki z koprem 150 g Dynia pieczona 150 g (**GLU,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 350 ml (**GLU, S,**) Pulpet drobiowy 100 g (**GLU, JAJ,**) Sos koperkowy 50 g (**GLU, Lak, S,**) Ziemniaki z koprem 150 g Dynia pieczona 150 g (**GLU,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 350 ml (**GLU, S,**) Makaron ze szpinakiem, serem i słonecznikiem 400 g (**GLU, Lak, może zawierać: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Se,**) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g (**SO,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Kefir naturalny 150g 150 g (**Lak,**)					
	Kolacja	Bułka wrocławska 25 g (**GLU,**) Chleb razowy 50 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Ser żółty 35 g (**Lak,**) Polędwica drobiowa got. 50 g (**GLU,**) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (**może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,**)	Bułka wrocławska 25 g (**GLU,**) Chleb pszenno-żytni 60 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Mix do smarowania 15 g Ser żółty 35 g (**Lak,**) Polędwica drobiowa got. 50 g (**GLU,**) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (**może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,**)	Chleb razowy 100 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Ser żółty 35 g (**Lak,**) Polędwica drobiowa got. 50 g (**GLU,**) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (**może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,**)	Bułka wrocławska 25 g (**GLU,**) Chleb pszenno-żytni 60 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (**GLU,**) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (**S,**) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (**może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,**)	Bułka wrocławska 25 g (**GLU,**) Chleb pszenno-żytni 60 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Mix do smarowania 15 g Ser żółty 35 g (**Lak,**) Polędwica drobiowa got. 50 g (**GLU,**) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (**może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,**)	Bułka pszenna 0,5 [g] x 50 g (**GLU,**) Chleb pszenno-żytni 60 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (**GLU,**) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 100 g (**S,**) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (**może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,**)	Bułka wrocławska 25 g (**GLU,**) Chleb pszenno-żytni 60 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Mix do smarowania 10 g Schab pieczony 50 g Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (**S,**) Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (**może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,**)	Chleb razowy 100 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Ser żółty 60 g (**Lak,**) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (**S,**) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (**może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,**)
	PN			Chleb razowy 25 g (**GLU,**) Polędwica drobiowa got. 0,5 [Por] x 50 g (**GLU,**)					
		Wart. en.: 2457.28 kcal; Białko: 130.39 g; Tłuszcz: 78.58 g; Kw. tł. nasyc. o.: 34.92 g; Cholesterol: 233.43 mg; Węglowodany: 322.71 g; suma cukrów p.: 75.84 g; Sól: 4.46 g; Błonnik: 29.89 g;	Wart. en.: 2279.41 kcal; Białko: 117.81 g; Tłuszcz: 73.12 g; Kw. tł. nasyc. o.: 32.66 g; Cholesterol: 222.33 mg; Węglowodany: 298.52 g; suma cukrów p.: 71.38 g; Sól: 4.65 g; Błonnik: 20.89 g;	Wart. en.: 2487.04 kcal; Białko: 143.54 g; Tłuszcz: 84.35 g; Kw. tł. nasyc. o.: 33.60 g; Cholesterol: 178.87 mg; Węglowodany: 308.25 g; suma cukrów p.: 59.55 g; Sól: 5.91 g; Błonnik: 45.98 g;	Wart. en.: 2147.03 kcal; Białko: 101.14 g; Tłuszcz: 66.88 g; Kw. tł. nasyc. o.: 24.35 g; Cholesterol: 226.87 mg; Węglowodany: 298.23 g; suma cukrów p.: 64.12 g; Sól: 5.82 g; Błonnik: 24.80 g;	Wart. en.: 2634.49 kcal; Białko: 144.50 g; Tłuszcz: 101.52 g; Kw. tł. nasyc. o.: 36.06 g; Cholesterol: 344.65 mg; Węglowodany: 298.29 g; suma cukrów p.: 62.15 g; Sól: 6.90 g; Błonnik: 23.58 g;	Wart. en.: 2093.12 kcal; Białko: 81.50 g; Tłuszcz: 68.65 g; Kw. tł. nasyc. o.: 17.66 g; Cholesterol: 199.70 mg; Węglowodany: 301.42 g; suma cukrów p.: 54.09 g; Sól: 5.83 g; Błonnik: 29.68 g;	Wart. en.: 2043.32 kcal; Białko: 89.65 g; Tłuszcz: 63.39 g; Kw. tł. nasyc. o.: 20.26 g; Cholesterol: 217.84 mg; Węglowodany: 290.11 g; suma cukrów p.: 36.91 g; Sól: 4.73 g; Błonnik: 24.09 g;	Wart. en.: 2331.82 kcal; Białko: 96.20 g; Tłuszcz: 84.43 g; Kw. tł. nasyc. o.: 33.25 g; Cholesterol: 77.63 mg; Węglowodany: 311.64 g; suma cukrów p.: 82.70 g; Sól: 3.14 g; Błonnik: 34.84 g;

Jadłospisy za okres od dnia 08.06.2026 do dnia 21.06.2026 KUCHNIA

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
09.06.2026 wtorek	Śniadanie	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Chleb razowy 25 g (***GLU,***) Bułka kajzerka 1 szt (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Schab pieczony 50 g Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Ogórek zielony 0,5 [Por] x 100 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka kajzerka 1 szt (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Schab pieczony 50 g Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 25 g (***GLU,***) Bułka grahamka 1 szt (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Schab pieczony 50 g Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Ogórek zielony 0,5 [Por] x 100 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka kajzerka 1 szt (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Schab pieczony 50 g Pasta z białka jaja 0,5 [Por] x 100 g (***JAJ, Lak,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka kajzerka 1 szt (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Schab pieczony 50 g Jajo gotowane 2 [Por] x 50 g (***JAJ,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 350 ml (***GLU, S,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka kajzerka 1 szt (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony 2 [Por] x 50 g Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 350 ml (***GLU, S,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka kajzerka 1 szt (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Schab pieczony 50 g Jajo gotowane na miękko 2 [Por] x 50 g (***JAJ,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka grahamka 1 szt (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasta jajeczna bez mleka 100 g (***GLU, JAJ, Lak,***) Ogórek zielony 0,5 [Por] x 100 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	Galaretka owocowa niskosłodzona 150 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, O, Se, SO,***)		Twarożek z ziarnami 75 g (***Lak, może zawierać: GLU, Sj, Lak,***)	Galaretka owocowa niskosłodzona 150 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, O, Se, SO,***)	Twarożek z ziarnami 75 g (***Lak, może zawierać: GLU, Sj, Lak,***)	Galaretka owocowa niskosłodzona 150 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, O, Se, SO,***)	Podpłomyki 1 szt	Twarożek z ziarnami 75 g (***Lak, może zawierać: GLU, Sj, Lak,***)
	Obiad	Zupa z zielonego groszku 350 ml (***GLU, Lak, S,***) Pieczeń rzymska 100 g (***GLU, JAJ,***) Sos pomidorowo- paprykowy 50 g (***GLU, S,***) Kasza pęczak 150 g (***GLU,***) Surówka z porem, jabłkiem i marchewką 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z zielonego groszku 350 ml (***GLU, Lak, S,***) Pieczeń rzymska 100 g (***GLU, JAJ,***) Sos pietruszkowy 50 g (***GLU, Lak, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z zielonego groszku 350 ml (***GLU, Lak, S,***) Pieczeń rzymska 100 g (***GLU, JAJ,***) Sos pomidorowo- paprykowy 50 g (***GLU, S,***) Kasza pęczak 150 g (***GLU,***) Surówka z porem, jabłkiem i marchewką 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa krupnik jaglany 350 ml (***S,***) Pieczeń rzymska 100 g (***GLU, JAJ,***) Sos pietruszkowy 50 g (***GLU, Lak, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z zielonego groszku 350 ml (***GLU, Lak, S,***) Pieczeń rzymska 2 [Por] x 100 g (***GLU, JAJ,***) Sos pietruszkowy 50 g (***GLU, Lak, S,***) Ziemniaki z koprem 0,5 [Por] x 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krupnik jaglany 350 ml (***S,***) Pieczeń rzymska 100 g (***GLU, JAJ,***) Sos pietruszkowy 50 g (***GLU, Lak, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krupnik jaglany 350 ml (***S,***) Racuchy ziemniaczane 3 sztuki 250 g (***GLU, JAJ, Lak,***) Sos pomidorowo- paprykowy 50 g (***GLU, S,***) Surówka z porem, jabłkiem i marchewką 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Jabłko 150 g					
	Kolacja	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Sałatka z ryż. brąz. z tuńczykiem 100 g (***GLU, JAJ, RYB, Lak,***) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***)	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Pasta z dorsza z ryżem i warzywami, dieta 100 g (***RYB, S,***) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***)	Chleb razowy 100 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Sałatka z ryż. brąz. z tuńczykiem 100 g (***GLU, JAJ, RYB, Lak,***) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***)	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Pasta z dorsza z ryżem i warzywami, dieta 100 g (***RYB, S,***) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***)	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 2 [Por] x 50 g (***GLU,***) Pasta z dorsza z ryżem i warzywami, dieta 50 g (***RYB, S,***) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***)	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Pasta z dorsza z ryżem i warzywami, dieta 100 g (***RYB, S,***) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Pasta z dorsza z ryżem i warzywami, dieta 100 g (***RYB, S,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Serek topiony (2 szt.) 35 g (***Lak,***) Sałatka z ryż. brąz. z tuńczykiem 100 g (***GLU, JAJ, RYB, Lak,***) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***)
	PN			Chleb razowy 25 g (***GLU,***) Szynka drobiowa gotowana 0,5 [Por] x 50 g (***GLU, może zawierać: Sj,***)					
		Wart. en.: 2342.75 kcal; Białko: 120.94 g; Tłuszcz: 84.37 g; Kw. tł. nasyc. o.: 25.87 g; Cholesterol: 399.25 mg; Węglowodany: 290.48 g; suma cukrów p.: 38.92 g; Sól: 5.53 g; Błonnik: 28.89 g;	Wart. en.: 2315.77 kcal; Białko: 122.53 g; Tłuszcz: 78.45 g; Kw. tł. nasyc. o.: 25.74 g; Cholesterol: 401.20 mg; Węglowodany: 293.22 g; suma cukrów p.: 32.51 g; Sól: 5.29 g; Błonnik: 24.72 g;	Wart. en.: 2341.93 kcal; Białko: 130.10 g; Tłuszcz: 84.88 g; Kw. tł. nasyc. o.: 26.27 g; Cholesterol: 414.10 mg; Węglowodany: 286.06 g; suma cukrów p.: 46.31 g; Sól: 6.32 g; Błonnik: 43.50 g;	Wart. en.: 2403.47 kcal; Białko: 129.11 g; Tłuszcz: 79.56 g; Kw. tł. nasyc. o.: 24.72 g; Cholesterol: 567.60 mg; Węglowodany: 305.88 g; suma cukrów p.: 31.98 g; Sól: 5.15 g; Błonnik: 24.45 g;	Wart. en.: 2714.78 kcal; Białko: 178.38 g; Tłuszcz: 104.63 g; Kw. tł. nasyc. o.: 33.50 g; Cholesterol: 691.58 mg; Węglowodany: 276.87 g; suma cukrów p.: 35.29 g; Sól: 7.14 g; Błonnik: 22.94 g;	Wart. en.: 2384.38 kcal; Białko: 130.78 g; Tłuszcz: 82.52 g; Kw. tł. nasyc. o.: 20.17 g; Cholesterol: 406.25 mg; Węglowodany: 295.10 g; suma cukrów p.: 21.60 g; Sól: 5.12 g; Błonnik: 28.75 g;	Wart. en.: 2249.33 kcal; Białko: 116.91 g; Tłuszcz: 71.26 g; Kw. tł. nasyc. o.: 20.89 g; Cholesterol: 550.55 mg; Węglowodany: 295.51 g; suma cukrów p.: 20.67 g; Sól: 5.10 g; Błonnik: 27.83 g;	Wart. en.: 2370.17 kcal; Białko: 99.12 g; Tłuszcz: 117.09 g; Kw. tł. nasyc. o.: 30.79 g; Cholesterol: 544.32 mg; Węglowodany: 243.17 g; suma cukrów p.: 40.70 g; Sól: 4.25 g; Błonnik: 25.08 g;

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
10.06.2026 środa	Śniadanie	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (**Lak,**) Chleb razowy 25 g (**GLU,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Polędwica wieprzowa 50 g (**Sj,**) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleniną 50 g Papryka świeża paski 0,5 [Por] x 100 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (**Lak,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Polędwica wieprzowa 50 g (**Sj,**) Ser biały, plaster 50 g (**Lak,**) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Polędwica wieprzowa 50 g (**Sj,**) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleniną 50 g Papryka świeża paski 0,5 [Por] x 100 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (**Lak,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Polędwica wieprzowa 50 g (**Sj,**) Ser biały, plaster 50 g (**Lak,**) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (**Lak,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Polędwica wieprzowa 50 g (**Sj,**) Ser biały, plaster 2 [Por] x 50 g (**Lak,**) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą b/mleka 300 ml (**S,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (**S,**) Polędwica wieprzowa 50 g (**Sj,**) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą b/mleka 300 ml (**S,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (**S,**) Polędwica wieprzowa 50 g (**Sj,**) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (**Lak,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Ser biały, plaster 2 [Por] x 50 g (**Lak,**) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleniną 50 g Papryka świeża paski 50 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	Banan 1 sztuka 150 g		Ser biały, plaster 2 [Por] x 50 g (**Lak,**)	Banan 1 sztuka 150 g	skyr naturalny 1 szt (**Lak,**)	Banan 1 sztuka 150 g		
	Obiad	Zupa owocowa z makaronem 350 g (**GLU, Lak, może zawierać: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak, Se, SO,**) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki z koprem 150 g Bukiet warzyw got. 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa owocowa z makaronem 350 g (**GLU, Lak, może zawierać: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak, Se, SO,**) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki z koprem 150 g Cukinia pieczona 150 g (**GLU,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 350 ml (**GLU, S,**) Udko z kurczaka pieczone 150 g Kasza bulgur 150 g (**GLU,**) Bukiet warzyw got. 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 350 ml (**GLU, S,**) Udko z kurczaka gotowane 150 g Sos koperkowy 50 g (**GLU, Lak, S,**) Ziemniaki z koprem 150 g Cukinia pieczona 150 g (**GLU,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa owocowa z makaronem 350 g (**GLU, Lak, może zawierać: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak, Se, SO,**) Udko z kurczaka pieczone 2 [Por] x 150 g Ziemniaki z koprem 0,5 [Por] x 150 g Cukinia pieczona 150 g (**GLU,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 350 ml (**GLU, S,**) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki z koprem 150 g Cukinia pieczona 150 g (**GLU,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 350 ml (**GLU, S,**) Potrawka z kurczaka z ziołami b/śmietany 150 g (**GLU, S,**) Ziemniaki z koprem 150 g Jarzynka gotowana 150 g (**GLU, S,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa owocowa z makaronem 350 g (**GLU, Lak, może zawierać: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak, Se, SO,**) Gulasz warzywny wege 150 g (**GLU, Lak, S,**) Kasza bulgur 200 g (**GLU,**) Cukinia pieczona 150 g (**GLU,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Kapusta pekińska z marchewką i ziarnem 80 g (**może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se,**)					
	Kolacja	Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (**GLU,**) Serek topiony (2 szt.) 35 g (**Lak,**) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g (**może zawierać: GLU, Sj, Lak,**) Herbata czarna bez cukru 250 ml Bułka maślana 1 szt (**GLU, JAJ, może zawierać: Lak,**)		Chleb razowy 100 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (**GLU,**) Serek topiony (2 szt.) 35 g (**Lak,**) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g (**może zawierać: GLU, Sj, Lak,**) Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (**Lak,**)	Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (**GLU,**) Pasta z pieczonej dyni, dieta 50 g Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Bułka maślana 1 szt (**GLU, JAJ, może zawierać: Lak,**)	Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (**GLU,**) Serek topiony (2 szt.) 35 g (**Lak,**) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g (**może zawierać: GLU, Sj, Lak,**) Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (**Lak,**)	Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (**GLU,**) Pasta z pieczonej dyni 50 g Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g (**może zawierać: GLU, Sj, Lak,**) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jajo gotowane na miękko 50 g (**JAJ,**)	Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (**GLU,**) Pasta z pieczonej dyni, dieta 50 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jajo gotowane na miękko 50 g (**JAJ,**)	Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Pasta z pieczonej dyni z sezamem 2 [Por] x 50 g (**Se, może zawierać: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak,**) Jajo gotowane na miękko 50 g (**JAJ,**) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g (**może zawierać: GLU, Sj, Lak,**) Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (**Lak,**)
	PN			Chleb razowy 25 g (**GLU,**) Polędwica drobiowa got. 0,5 [Por] x 50 g (**GLU,**)					
		Wart. en.: 2520.82 kcal; Białko: 106.40 g; Tłuszcz: 83.46 g; Kw. tł. nasyc. o.: 28.58 g; Cholesterol: 207.15 mg; Węglowodany: 339.27 g; suma cukrów p.: 86.72 g; Sól: 3.77 g; Błonnik: 23.60 g;	Wart. en.: 2556.88 kcal; Białko: 111.12 g; Tłuszcz: 91.46 g; Kw. tł. nasyc. o.: 31.01 g; Cholesterol: 216.73 mg; Węglowodany: 331.03 g; suma cukrów p.: 84.92 g; Sól: 3.89 g; Błonnik: 20.69 g;	Wart. en.: 2302.20 kcal; Białko: 134.74 g; Tłuszcz: 90.25 g; Kw. tł. nasyc. o.: 33.02 g; Cholesterol: 225.68 mg; Węglowodany: 250.88 g; suma cukrów p.: 25.29 g; Sól: 5.98 g; Błonnik: 39.77 g;	Wart. en.: 2441.61 kcal; Białko: 107.57 g; Tłuszcz: 87.11 g; Kw. tł. nasyc. o.: 27.45 g; Cholesterol: 235.48 mg; Węglowodany: 317.90 g; suma cukrów p.: 67.68 g; Sól: 4.22 g; Błonnik: 22.45 g;	Wart. en.: 2770.36 kcal; Białko: 173.40 g; Tłuszcz: 125.24 g; Kw. tł. nasyc. o.: 42.88 g; Cholesterol: 369.50 mg; Węglowodany: 242.93 g; suma cukrów p.: 47.99 g; Sól: 4.38 g; Błonnik: 14.39 g;	Wart. en.: 2302.26 kcal; Białko: 98.64 g; Tłuszcz: 93.13 g; Kw. tł. nasyc. o.: 22.91 g; Cholesterol: 394.35 mg; Węglowodany: 278.78 g; suma cukrów p.: 54.17 g; Sól: 4.42 g; Błonnik: 23.87 g;	Wart. en.: 2061.26 kcal; Białko: 95.18 g; Tłuszcz: 61.49 g; Kw. tł. nasyc. o.: 20.55 g; Cholesterol: 344.79 mg; Węglowodany: 295.71 g; suma cukrów p.: 58.60 g; Sól: 4.46 g; Błonnik: 28.43 g;	Wart. en.: 2763.90 kcal; Białko: 103.03 g; Tłuszcz: 94.22 g; Kw. tł. nasyc. o.: 32.07 g; Cholesterol: 238.16 mg; Węglowodany: 392.93 g; suma cukrów p.: 101.51 g; Sól: 3.67 g; Błonnik: 37.15 g;

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
11.06.2026 czwartek	Śniadanie	Zupa ml. Makaron na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ.***) Chleb razowy 25 g (***GLU.***) Bułka pszenna 50 g (***GLU.***) Masło 82% 10 g (***Lak.***) Szynka drobiowa gotowana 50 g (***GLU, może zawierać: Sj.***) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g (***może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se.***) Rzodkiewka- plastry 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ.***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se.***) Bułka pszenna 50 g (***GLU.***) Masło 82% 10 g (***Lak.***) Szynka drobiowa gotowana 50 g (***GLU, może zawierać: Sj.***) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g (***może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se.***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (***GLU.***) Masło 82% 10 g (***Lak.***) Szynka drobiowa gotowana 50 g (***GLU, może zawierać: Sj.***) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g (***może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se.***) Rzodkiewka- plastry 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ.***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se.***) Bułka pszenna 50 g (***GLU.***) Masło 82% 10 g (***Lak.***) Szynka drobiowa gotowana 50 g (***GLU, może zawierać: Sj.***) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (***S.***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ.***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se.***) Bułka pszenna 50 g (***GLU.***) Masło 82% 10 g (***Lak.***) Szynka drobiowa gotowana 2 [Por] x 50 g (***GLU, może zawierać: Sj.***) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g (***może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se.***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (***S.***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se.***) Bułka pszenna 50 g (***GLU.***) Mix do smarowania 10 g Szynka drobiowa gotowana 50 g (***GLU, może zawierać: Sj.***) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g (***może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se.***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (***S.***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se.***) Bułka pszenna 50 g (***GLU.***) Masło 82% 10 g (***Lak.***) Szynka drobiowa gotowana 50 g (***GLU, może zawierać: Sj.***) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (***S.***) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ.***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se.***) Chleb razowy 50 g (***GLU.***) Masło 82% 10 g (***Lak.***) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 0,5 [Por] x 100 g (***może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se.***) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (***S.***) Rzodkiewka- plastry 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	wafle ryżowe 20 g		Kefir naturalny 150g 150 g (***Lak.***)	wafle ryżowe 20 g	Kefir naturalny 150g 150 g (***Lak.***)	wafle ryżowe 20 g		Kefir naturalny 150g 150 g (***Lak.***)
	Obiad	Zupa kalafiorowo-brokułowa 350 ml (***GLU, Lak, S.***) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (***GLU, S.***) Kasza jęczmienna 150 g (***GLU.***) Ogórek z oliwą i zieleniną 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa kalafiorowo-brokułowa 350 ml (***GLU, Lak, S.***) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (***GLU, S.***) Kasza jęczmienna 150 g (***GLU.***) Buraczki gotowane 150 g (***GLU.***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa kalafiorowo-brokułowa 350 ml (***GLU, Lak, S.***) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (***GLU, S.***) Kasza jęczmienna 150 g (***GLU.***) Ogórek z oliwą i zieleniną 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml (***S.***) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (***GLU, S.***) Kasza jęczmienna 150 g (***GLU.***) Buraczki gotowane 150 g (***GLU.***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa kalafiorowo-brokułowa 350 ml (***GLU, Lak, S.***) Mięso wieprz. z warzywami b/glut. b/soli 1,5 [Por] x 150 g (***S.***) Kasza jęczmienna 150 g (***GLU.***) Buraczki gotowane 150 g (***GLU.***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml (***S.***) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (***GLU, S.***) Kasza jęczmienna 150 g (***GLU.***) Buraczki gotowane 150 g (***GLU.***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml (***S.***) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (***GLU, JAJ, S.***) Sos koperkowy 50 g (***GLU, Lak, S.***) Ziemniaki z koprem 150 g Dynia pieczona 150 g (***GLU.***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa kalafiorowo-brokułowa 350 ml (***GLU, Lak, S.***) Kotlet jajeczny 100 g (***GLU, JAJ.***) Ziemniaki z koprem 150 g Buraczki gotowane 150 g (***GLU.***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Marchew sur.plastry 50 g					
	Kolacja	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se.***) Chleb razowy 50 g (***GLU.***) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony 50 g Sałatka z selera konserw. z kukurydzą i sosem jogurt. 100 g (***GLU, JAJ, Lak, S.***) Pomidorki koktajlowe 0,5 [Por] x 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt owocowy 1 szt (***Lak.***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se.***) Bułka pszenna 50 g (***GLU.***) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony 50 g Sałatka z selera konserw. z kukurydzą i sosem jogurt. 100 g (***GLU, JAJ, Lak, S.***) Pomidorki koktajlowe 0,5 [Por] x 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt owocowy 1 szt (***Lak.***)	Chleb razowy 100 g (***GLU.***) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony 50 g Sałatka z selera konserw. z kukurydzą i sosem jogurt. 100 g (***GLU, JAJ, Lak, S.***) Pomidorki koktajlowe 0,5 [Por] x 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (***Lak.***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se.***) Bułka pszenna 50 g (***GLU.***) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony 50 g Sałatka jarzynowa - dieta 150 g (***Lak, S.***) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (***Lak.***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se.***) Bułka pszenna 50 g (***GLU.***) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony 50 g Sałatka z selera konserw. z kukurydzą i sosem jogurt. 100 g (***GLU, JAJ, Lak, S.***) Pomidorki koktajlowe 0,5 [Por] x 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (***Lak.***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se.***) Bułka pszenna 50 g (***GLU.***) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony 2 [Por] x 50 g Sałatka jarzynowa z olejem 150 g (***S.***) Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se.***) Bułka pszenna 50 g (***GLU.***) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony 2 [Por] x 50 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb razowy 25 g (***GLU.***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se.***) Mix do smarowania 15 g Ser żółty 50 g (***Lak.***) Sałatka z selera konserw. z kukurydzą i sosem jogurt. 100 g (***GLU, JAJ, Lak, S.***) Pomidorki koktajlowe 0,5 [Por] x 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt owocowy 1 szt (***Lak.***)
	PN			Chleb razowy 25 g (***GLU.***) Polędwica drobiowa got. 25 g (***GLU.***)					
		Wart. en.: 2437.36 kcal; Białko: 136.35 g; Tłuszcz: 93.09 g; Kw. tł. nasyc. o.: 28.29 g; Cholesterol: 216.40 mg; Węglowodany: 279.21 g; suma cukrów p.: 61.76 g; Sól: 4.88 g; Błonnik: 32.41 g;	Wart. en.: 2519.36 kcal; Białko: 140.91 g; Tłuszcz: 88.39 g; Kw. tł. nasyc. o.: 28.40 g; Cholesterol: 228.17 mg; Węglowodany: 304.69 g; suma cukrów p.: 73.65 g; Sól: 4.82 g; Błonnik: 30.71 g;	Wart. en.: 2129.92 kcal; Białko: 110.59 g; Tłuszcz: 89.79 g; Kw. tł. nasyc. o.: 24.80 g; Cholesterol: 205.59 mg; Węglowodany: 242.51 g; suma cukrów p.: 30.57 g; Sól: 5.98 g; Błonnik: 43.31 g;	Wart. en.: 2464.96 kcal; Białko: 137.67 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nasyc. o.: 25.66 g; Cholesterol: 211.27 mg; Węglowodany: 320.34 g; suma cukrów p.: 75.36 g; Sól: 5.46 g; Błonnik: 28.13 g;	Wart. en.: 2690.97 kcal; Białko: 169.59 g; Tłuszcz: 99.65 g; Kw. tł. nasyc. o.: 32.42 g; Cholesterol: 313.07 mg; Węglowodany: 294.80 g; suma cukrów p.: 82.34 g; Sól: 6.15 g; Błonnik: 32.76 g;	Wart. en.: 2430.88 kcal; Białko: 120.72 g; Tłuszcz: 81.03 g; Kw. tł. nasyc. o.: 18.33 g; Cholesterol: 195.42 mg; Węglowodany: 321.74 g; suma cukrów p.: 35.39 g; Sól: 4.49 g; Błonnik: 33.31 g;	Wart. en.: 2300.81 kcal; Białko: 114.32 g; Tłuszcz: 79.78 g; Kw. tł. nasyc. o.: 24.56 g; Cholesterol: 247.84 mg; Węglowodany: 294.54 g; suma cukrów p.: 19.04 g; Sól: 4.35 g; Błonnik: 25.13 g;	Wart. en.: 2696.65 kcal; Białko: 124.12 g; Tłuszcz: 110.86 g; Kw. tł. nasyc. o.: 38.31 g; Cholesterol: 635.94 mg; Węglowodany: 319.84 g; suma cukrów p.: 81.70 g; Sól: 4.62 g; Błonnik: 38.69 g;

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
12.06.2026 piątek	Śniadanie	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Se,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Twaróg 75 g (***Lak,***) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Jabłko 150 g Herbata czarna bez cukru 250 ml		Chleb razowy 100 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Twarożek z zieleniną 100 g (***Lak,***) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Se,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Twaróg 75 g (***Lak,***) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g jabłko pieczone 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Se,***) Chleb razowy 50 g (***GLU,***) Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Twaróg 2 [Por] x 50 g (***Lak,***) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (***S,***) Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Sałata liść 35 g Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 2 [Por] x 25 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (***S,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (***S,***) jabłko pieczone 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Se,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Twaróg 75 g (***Lak,***) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Jabłko 150 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	Rogalik maślany 1 szt (***GLU, JAJ, może zawierać: Lak,***)		Jabłko 150 g	Rogalik maślany 1 szt (***GLU, JAJ, może zawierać: Lak,***)	Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***)	Jabłko 150 g	Rogalik maślany 1 szt (***GLU, JAJ, może zawierać: Lak,***)	
	Obiad	Zupa barszcz czerwony z botwinką 350 ml (***GLU, Lak, S, SO, może zawierać: S, G, SO,***) Filet z miruny pieczony 100 g (***RYB,***) Sos szpinakowy 50 g (***GLU, Lak,***) Ziemniaki z koprem 150 g Surówka z białej kapusty 200 g (***SO,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa barszcz czerwony z botwinką 350 ml (***GLU, Lak, S, SO, może zawierać: S, G, SO,***) Filet z miruny pieczony 100 g (***RYB,***) Sos szpinakowy 50 g (***GLU, Lak,***) Ziemniaki z koprem 150 g Sos grecki 150 g (***GLU, Ś,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa barszcz czerwony z botwinką 350 ml (***GLU, Lak, S, SO, może zawierać: S, G, SO,***) Filet z miruny pieczony 100 g (***RYB,***) Sos szpinakowy 50 g (***GLU, Lak,***) Ziemniaki z koprem 150 g Surówka z białej kapusty 200 g (***SO,***) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (***GLU, S, może zawierać: S, G, SO,***) Filet z miruny pieczony 100 g (***RYB,***) Sos szpinakowy b/ml 50 g (***GLU,***) Ziemniaki z koprem 150 g Sos grecki dieta 150 g (***GLU, S,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa barszcz czerwony z botwinką 350 ml (***GLU, Lak, S, SO, może zawierać: S, G, SO,***) Filet z miruny pieczony 2 [Por] x 100 g (***RYB,***) Sos szpinakowy 2 [Por] x 50 g (***GLU, Lak,***) Ziemniaki z koprem 0,5 [Por] x 150 g Sos grecki 150 g (***GLU, S,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (***GLU, S, może zawierać: S, G, SO,***) Filet z miruny pieczony 100 g (***RYB,***) Sos szpinakowy b/ml 50 g (***GLU,***) Ziemniaki z koprem 150 g Sos grecki 150 g (***GLU, Ś,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml (***S,***) Filet z miruny pieczony 100 g (***RYB,***) Ziemniaki z koprem 150 g Sos grecki dieta 150 g (***GLU, S,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (***GLU, S, może zawierać: S, G, SO,***) Filet z miruny pieczony 100 g (***RYB,***) Sos szpinakowy 50 g (***GLU, Lak,***) Ziemniaki z koprem 150 g Surówka z białej kapusty 200 g (***SO,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Papryka świeża paski 0,75 [Por] x 100 g					
	Kolacja	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb razowy 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Sałata strzępiasta 15 g Sałatka makaron. z pomidorem i olejem 100 g (***GLU, może zawierać: JAJ,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (***Lak, może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,***)	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Sałata strzępiasta 15 g Sałatka makaron. z pomidorem i olejem 100 g (***GLU, może zawierać: JAJ,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (***Lak, może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,***)	Chleb razowy 100 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Sałata strzępiasta 15 g Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g (***może zawierać: GLU, Sj, Lak,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***)	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Pasta z białka jaja 50 g (***JAJ, Lak,***) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Sałata strzępiasta 15 g Sałatka makaron. z pomidorem i olejem 100 g (***GLU, może zawierać: JAJ,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (***Lak, może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Pasta jajeczna bez mleka 100 g (***GLU, JAJ, Lak,***) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Jajo gotowane na miękko 2 [Por] x 50 g (***JAJ,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Bułka pszenna 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Pasta jajeczna bez mleka 100 g (***GLU, JAJ, Lak,***) Sałata strzępiasta 15 g Sałatka makaron. z pomidorem i olejem 100 g (***GLU, może zawierać: JAJ,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (***Lak, może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,***)
	PN			Chleb razowy 25 g (***GLU,***) Twaróg chudy 30 g (***może zawierać: Lak,***)					
		Wart. en.: 2383.26 kcal; Białko: 111.70 g; Tłuszcz: 79.73 g; Kw. tł. nasyc. o.: 25.45 g; Cholesterol: 354.53 mg; Węglowodany: 320.64 g; suma cukrów p.: 62.25 g; Sól: 5.59 g; Błonnik: 32.74 g;	Wart. en.: 2367.63 kcal; Białko: 113.51 g; Tłuszcz: 72.92 g; Kw. tł. nasyc. o.: 25.51 g; Cholesterol: 354.08 mg; Węglowodany: 329.06 g; suma cukrów p.: 59.96 g; Sól: 6.30 g; Błonnik: 30.56 g;	Wart. en.: 2105.91 kcal; Białko: 114.55 g; Tłuszcz: 76.70 g; Kw. tł. nasyc. o.: 24.20 g; Cholesterol: 339.10 mg; Węglowodany: 262.05 g; suma cukrów p.: 51.50 g; Sól: 5.30 g; Błonnik: 44.48 g;	Wart. en.: 2195.41 kcal; Białko: 113.92 g; Tłuszcz: 62.89 g; Kw. tł. nasyc. o.: 22.59 g; Cholesterol: 517.63 mg; Węglowodany: 307.06 g; suma cukrów p.: 57.54 g; Sól: 5.96 g; Błonnik: 26.92 g;	Wart. en.: 2319.74 kcal; Białko: 147.83 g; Tłuszcz: 84.57 g; Kw. tł. nasyc. o.: 30.50 g; Cholesterol: 437.89 mg; Węglowodany: 255.65 g; suma cukrów p.: 38.70 g; Sól: 6.60 g; Błonnik: 28.01 g;	Wart. en.: 2099.40 kcal; Białko: 91.32 g; Tłuszcz: 62.92 g; Kw. tł. nasyc. o.: 16.05 g; Cholesterol: 474.35 mg; Węglowodany: 306.49 g; suma cukrów p.: 54.14 g; Sól: 5.13 g; Błonnik: 27.85 g;	Wart. en.: 2143.33 kcal; Białko: 102.31 g; Tłuszcz: 58.91 g; Kw. tł. nasyc. o.: 18.00 g; Cholesterol: 496.25 mg; Węglowodany: 315.15 g; suma cukrów p.: 29.77 g; Sól: 5.38 g; Błonnik: 27.78 g;	Wart. en.: 2468.23 kcal; Białko: 106.99 g; Tłuszcz: 87.82 g; Kw. tł. nasyc. o.: 25.19 g; Cholesterol: 501.25 mg; Węglowodany: 325.37 g; suma cukrów p.: 59.00 g; Sól: 4.67 g; Błonnik: 26.98 g;

Jadłospisy za okres od dnia 08.06.2026 do dnia 21.06.2026 KUCHNIA

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
13.06.2026 sobota	Śniadanie	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Chleb razowy 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) szynka wieprz. gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Ser żółty 35 g (***Lak,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) szynka wieprz. gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Ser żółty 35 g (***Lak,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Ser żółty 35 g (***Lak,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Serek ziołowy 50 g (***Lak,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Szynka wieprzowa gotowana 2 [Por] x 50 g (***Sj, Lak,***) Ser żółty 35 g (***Lak,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 350 ml (***GLU, S,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g szynka wieprz. gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (***S,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 350 ml (***GLU, S,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (***S,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (***S,***) Ser żółty 2 [Por] x 30 g (***Lak,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	herbatniki 25 g (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ, ORZ,***)		Kefir naturalny 150g 150 g (***Lak,***)	herbatniki 25 g (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ, ORZ,***)	Kefir naturalny 150g 150 g (***Lak,***)	jabłko pieczone 100 g		herbatniki 25 g (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ, ORZ,***)
	Obiad	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (***GLU, S,***) Kotlet pożarski pieczony 100 g (***GLU, JAJ,***) Ziemniaki z koprem 150 g Surówka z marchwi z chrzanem 200 g (***Lak, SO,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (***GLU, S,***) Kotlet pożarski pieczony 100 g (***GLU, JAJ,***) Ziemniaki z koprem 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (***GLU, S,***) Kotlet pożarski pieczony 100 g (***GLU, JAJ,***) Ziemniaki z koprem 150 g Surówka z marchwi z chrzanem 200 g (***Lak, SO,***) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (***GLU, S,***) Kotlet pożarski pieczony 100 g (***GLU, JAJ,***) Ziemniaki z koprem 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (***GLU, S,***) Kotlet pożarski pieczony 2 [Por] x 100 g (***GLU, JAJ,***) Sos koperkowy 50 g (***GLU, Lak, S,***) Ziemniaki z koprem 0,5 [Por] x 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (***GLU, S,***) Kotlet pożarski pieczony 100 g (***GLU, JAJ,***) Ziemniaki z koprem 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 350 ml (***GLU, S,***) Kotlet pożarski pieczony 100 g (***GLU, JAJ,***) Ziemniaki z koprem 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (***GLU, S,***) Fasolka w sosie pomidorowym 400 g (***GLU,***) Chleb razowy 60 g (***GLU,***) Jabłko 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Jabłko 150 g					
	Kolacja	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasztet pieczony drobiowy 100 g (***GLU, JAJ, S,***) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (***Lak,***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasztet pieczony drobiowy 100 g (***GLU, JAJ, S,***) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (***Lak,***)	Chleb razowy 100 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasztet pieczony drobiowy 100 g (***GLU, JAJ, S,***) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (***Lak,***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (***S,***) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (***Lak,***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasztet pieczony drobiowy 100 g (***GLU, JAJ, S,***) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (***Lak,***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasztet pieczony drobiowy 100 g (***GLU, JAJ, S,***) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (***S,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Ser biały, plaster 50 g (***Lak,***) Pomidor 100 g Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (***Lak,***)
	PN			Chleb razowy 25 g (***GLU,***) Polędwica drobiowa got. 0,5 [Por] x 50 g (***GLU,***)					
		Wart. en.: 2379.48 kcal; Białko: 122.74 g; Tłuszcz: 86.96 g; Kw. tł. nasyc. o.: 35.37 g; Cholesterol: 249.42 mg; Węglowodany: 290.94 g; suma cukrów p.: 44.99 g; Sól: 4.69 g; Błonnik: 26.75 g;	Wart. en.: 2388.23 kcal; Białko: 121.35 g; Tłuszcz: 90.25 g; Kw. tł. nasyc. o.: 34.80 g; Cholesterol: 239.62 mg; Węglowodany: 285.20 g; suma cukrów p.: 40.22 g; Sól: 4.37 g; Błonnik: 23.05 g;	Wart. en.: 2281.34 kcal; Białko: 121.39 g; Tłuszcz: 82.08 g; Kw. tł. nasyc. o.: 34.23 g; Cholesterol: 247.61 mg; Węglowodany: 287.08 g; suma cukrów p.: 48.86 g; Sól: 5.71 g; Błonnik: 43.41 g;	Wart. en.: 2335.36 kcal; Białko: 119.14 g; Tłuszcz: 86.99 g; Kw. tł. nasyc. o.: 28.80 g; Cholesterol: 204.95 mg; Węglowodany: 281.94 g; suma cukrów p.: 46.81 g; Sól: 5.71 g; Błonnik: 24.38 g;	Wart. en.: 2888.09 kcal; Białko: 160.49 g; Tłuszcz: 133.68 g; Kw. tł. nasyc. o.: 47.58 g; Cholesterol: 366.31 mg; Węglowodany: 274.07 g; suma cukrów p.: 44.42 g; Sól: 5.79 g; Błonnik: 24.31 g;	Wart. en.: 2350.38 kcal; Białko: 96.41 g; Tłuszcz: 93.80 g; Kw. tł. nasyc. o.: 26.12 g; Cholesterol: 204.12 mg; Węglowodany: 281.30 g; suma cukrów p.: 42.62 g; Sól: 3.50 g; Błonnik: 33.50 g;	Wart. en.: 2037.84 kcal; Białko: 83.89 g; Tłuszcz: 75.05 g; Kw. tł. nasyc. o.: 20.98 g; Cholesterol: 161.62 mg; Węglowodany: 272.68 g; suma cukrów p.: 39.39 g; Sól: 4.30 g; Błonnik: 31.29 g;	Wart. en.: 2564.13 kcal; Białko: 118.39 g; Tłuszcz: 81.97 g; Kw. tł. nasyc. o.: 33.44 g; Cholesterol: 66.13 mg; Węglowodany: 364.08 g; suma cukrów p.: 75.54 g; Sól: 3.90 g; Błonnik: 49.74 g;

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
14.06.2026 niedziela	Śniadanie	Zupa ml. ryżowa 300 ml (***Lak,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Chleb razowy 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Rzodkiewka z koperkiem 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (***Lak,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Rzodkiewka z koperkiem 2 [Por] x 50 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (***Lak,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Pasta z białka jaja 0,5 [Por] x 100 g (***JAJ, Lak,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (***Lak,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Jajo gotowane 2 [Por] x 50 g (***JAJ,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (***Ś,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Jajo gotowane 2 [Por] x 50 g (***JAJ,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (***Ś,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Jajo gotowane na miękko 2 [Por] x 50 g (***JAJ,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (***Lak,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Chleb razowy 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasta jajeczna bez mleka 100 g (***GLU, JAJ, Lak,***) Rzodkiewka z koperkiem 2 [Por] x 50 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	Banan 1 sztuka 150 g		Ser biały, plaster 2 [Por] x 50 g (***Lak,***)	Banan 1 sztuka 150 g				
	Obiad	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml (***GLU, Lak, S, może zawierać: JAJ,***) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (***GLU,***) Kasza gryczana 150 g (***GLU,***) Mix sałat z zieleniną i olejem 150 g (***SO,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml (***GLU, Lak, S, może zawierać: JAJ,***) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (***GLU,***) Ziemniaki z koprem 150 g Buraczki gotowane 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml (***GLU, Lak, S, może zawierać: JAJ,***) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (***GLU,***) Kasza gryczana 150 g (***GLU,***) Mix sałat z zieleniną i olejem 150 g (***SO,***) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem b/ śmietany 350 ml (***GLU, S, może zawierać: JAJ,***) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie koperkowym 100 g (***GLU, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Buraczki gotowane 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml (***GLU, Lak, S, może zawierać: JAJ,***) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 2 [Por] x 100 g (***GLU,***) Ziemniaki z koprem 0,5 [Por] x 150 g Buraczki gotowane 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem b/ śmietany 350 ml (***GLU, S, może zawierać: JAJ,***) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (***GLU,***) Ziemniaki z koprem 150 g Buraczki gotowane 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem b/ śmietany 350 ml (***GLU, S, może zawierać: JAJ,***) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (***GLU, JAJ, S,***) Sos koperkowy 50 g (***GLU, Lak, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Jarzynka gotowana 150 g (***GLU, S,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem b/ śmietany 350 ml (***GLU, S, może zawierać: JAJ,***) Naleśniki z serem (2szt.) 250 g (***GLU, JAJ, Lak, może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Lak, Se, SO,***) Jogurt owocowy 1 szt (***Lak,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Kalafior gotowany z zieleniną 150 g					
	Kolacja	Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Kiełbasa krakowska 50 g (***Sj,***) Pasta z łososia z twarogiem 50 g (***RYB, Lak,***) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Kiełbasa krakowska 50 g (***Sj,***) Pasta z łososia z twarogiem 0,5 [Por] x 100 g (***RYB, Lak,***) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,***)	Chleb razowy 100 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Kiełbasa krakowska 50 g (***Sj,***) Pasta z łososia z twarogiem 0,5 [Por] x 100 g (***RYB, Lak,***) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g szynka wieprz. gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (***S,***) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Kiełbasa krakowska 50 g (***Sj,***) Pasta z łososia z twarogiem 100 g (***RYB, Lak,***) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g szynka wieprz. gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Pasta z warzyw dozwolonych 0,5 [Por] x 100 g (***S,***) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g szynka wieprz. gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (***S,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasta z łososia z twarogiem 50 g (***RYB, Lak,***) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (***S,***) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,***)
	PN			Chleb razowy 25 g (***GLU,***) Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***)					
		Wart. en.: 2248.23 kcal; Białko: 123.69 g; Tłuszcz: 70.52 g; Kw. tł. nasyc. o.: 27.14 g; Cholesterol: 342.20 mg; Węglowodany: 296.98 g; suma cukrów p.: 77.67 g; Sól: 4.09 g; Błonnik: 34.76 g;	Wart. en.: 2243.37 kcal; Białko: 127.81 g; Tłuszcz: 69.81 g; Kw. tł. nasyc. o.: 27.68 g; Cholesterol: 344.14 mg; Węglowodany: 288.61 g; suma cukrów p.: 57.73 g; Sól: 3.73 g; Błonnik: 25.79 g;	Wart. en.: 2298.38 kcal; Białko: 150.69 g; Tłuszcz: 76.91 g; Kw. tł. nasyc. o.: 30.23 g; Cholesterol: 356.16 mg; Węglowodany: 274.09 g; suma cukrów p.: 50.50 g; Sól: 4.56 g; Błonnik: 46.24 g;	Wart. en.: 2209.11 kcal; Białko: 120.49 g; Tłuszcz: 67.50 g; Kw. tł. nasyc. o.: 24.72 g; Cholesterol: 522.89 mg; Węglowodany: 293.65 g; suma cukrów p.: 58.14 g; Sól: 4.42 g; Błonnik: 28.06 g;	Wart. en.: 2443.57 kcal; Białko: 177.75 g; Tłuszcz: 77.71 g; Kw. tł. nasyc. o.: 29.92 g; Cholesterol: 630.98 mg; Węglowodany: 269.98 g; suma cukrów p.: 59.47 g; Sól: 4.65 g; Błonnik: 24.39 g;	Wart. en.: 2226.83 kcal; Białko: 108.76 g; Tłuszcz: 65.29 g; Kw. tł. nasyc. o.: 19.45 g; Cholesterol: 491.14 mg; Węglowodany: 316.25 g; suma cukrów p.: 44.89 g; Sól: 4.49 g; Błonnik: 30.82 g;	Wart. en.: 2200.77 kcal; Białko: 92.33 g; Tłuszcz: 70.22 g; Kw. tł. nasyc. o.: 23.23 g; Cholesterol: 499.54 mg; Węglowodany: 315.36 g; suma cukrów p.: 34.02 g; Sól: 4.21 g; Błonnik: 31.60 g;	Wart. en.: 2322.41 kcal; Białko: 93.96 g; Tłuszcz: 82.31 g; Kw. tł. nasyc. o.: 23.92 g; Cholesterol: 495.70 mg; Węglowodany: 313.46 g; suma cukrów p.: 79.42 g; Sól: 3.66 g; Błonnik: 25.61 g;

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
15.06.2026 poniedziałek	Śniadanie	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (**Lak, może zawierać: GLU,**) Chleb razowy 25 g (**GLU,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Kiełbasa krakowska 50 g (**Sj,**) Serek fromage 50 g (**Lak,**) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (**Lak, może zawierać: GLU,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Polędwica drobiowa got. 50 g (**GLU,**) Serek fromage 50 g (**Lak,**) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Kiełbasa krakowska 50 g (**Sj,**) Serek fromage 50 g (**Lak,**) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (**Lak, może zawierać: GLU,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Polędwica drobiowa got. 50 g (**GLU,**) Serek ziołowy 50 g (**Lak,**) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (**Lak, może zawierać: GLU,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Polędwica drobiowa got. 50 g (**GLU,**) Serek fromage 50 g (**Lak,**) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą b/mleka 300 ml (**S,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Mix do smarowania 10 g Polędwica drobiowa got. 2 [g] x 50 g (**GLU,**) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą b/mleka 300 ml (**S,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Polędwica drobiowa got. 2 [g] x 50 g (**GLU,**) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (**Lak, może zawierać: GLU,**) Chleb razowy 25 g (**GLU,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Serek fromage 2 [Por] x 50 g (**Lak,**) Ogórek zielony 100 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	Arbuz 300 g	herbatniki 25 g (**GLU, Lak, może zawierać: JAJ, ORZ,**)	Arbuz 300 g	herbatniki 25 g (**GLU, Lak, może zawierać: JAJ, ORZ,**)	skyr naturalny 1 szt (**Lak,**)	wafle ryżowe 20 g		Arbuz 300 g
	Obiad	Zupa jarzynowa 350 ml (**GLU, Lak, S,**) Makaron z musem truskawkowym 400 g (**GLU, Lak, może zawierać: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Se,**) Bułka maślana 1 szt (**GLU, JAJ, może zawierać: Lak,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml (**S,**) Makaron z musem truskawkowym 400 g (**GLU, Lak, może zawierać: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Se,**) Bułka maślana 1 szt (**GLU, JAJ, może zawierać: Lak,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (**GLU, Lak, S,**) Udziec zawijany, dieta 100 g Ziemniaki z koprem 150 g Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g (**SO,**) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml (**S,**) Udziec zawijany, dieta 100 g Ziemniaki z koprem 150 g Jarzynka gotowana 150 g (**GLU, S,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml (**S,**) Udziec zawijany, dieta 2 [Por] x 100 g Ziemniaki z koprem 0,5 [Por] x 150 g Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g (**SO,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml (**S,**) Udziec zawijany, dieta 100 g Ziemniaki z koprem 150 g Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g (**SO,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml (**S,**) Zrazik drobiowy 100 g (**GLU, JAJ, S,**) Ziemniaki z koprem 150 g Jarzynka gotowana 150 g (**GLU, S,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml (**S,**) Makaron z musem truskawkowym 400 g (**GLU, Lak, może zawierać: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Se,**) Bułka maślana 1 szt (**GLU, JAJ, może zawierać: Lak,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Pomidorki koktajlowe 100 g					
	Kolacja	Bułka wrocławska 25 g (**GLU,**) Chleb razowy 50 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Serek topiony (2 szt.) 35 g (**Lak,**) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (**Sj, Lak,**) Rzodkiewka - wiórki 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 150 g (**Lak,**)	Bułka wrocławska 25 g (**GLU,**) Chleb pszenno-żytni 60 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Mix do smarowania 15 g Serek topiony (2 szt.) 35 g (**Lak,**) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (**Sj, Lak,**) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 150 g (**Lak,**)	Chleb razowy 100 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Serek topiony (2 szt.) 35 g (**Lak,**) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (**Sj, Lak,**) Rzodkiewka - wiórki 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 150 g (**Lak,**)	Bułka wrocławska 25 g (**GLU,**) Chleb pszenno-żytni 60 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Mix do smarowania 15 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g (**Sj, Lak,**) Pomidor bez skóry 100 g Miód wielokwiatowy 25 g (**może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Lak,**) Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 150 g (**Lak,**)	Bułka wrocławska 25 g (**GLU,**) Chleb pszenno-żytni 60 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Mix do smarowania 15 g Serek topiony (2 szt.) 35 g (**Lak,**) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (**Sj, Lak,**) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 150 g (**Lak,**)	Bułka pszenna 0,5 [g] x 50 g (**GLU,**) Chleb pszenno-żytni 60 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Mix do smarowania 15 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g (**Sj, Lak,**) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (**S,**) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Bułka wrocławska 25 g (**GLU,**) Chleb pszenno-żytni 60 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Mix do smarowania 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g (**Sj, Lak,**) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (**S,**) Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb razowy 50 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Serek topiony (3szt.) 35 g (**Lak,**) Pomidor 100 g Miód wielokwiatowy 25 g (**może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Lak,**) Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 150 g (**Lak,**) Chrupki kukurydziane 20 g
	PN			Chleb razowy 25 g (**GLU,**) Kiełbasa krakowska 0,5 [Por] x 50 g (**Sj,**)					
		Wart. en.: 2366.14 kcal; Białko: 107.52 g; Tłuszcz: 79.99 g; Kw. tł. nasyc. o.: 37.23 g; Cholesterol: 139.66 mg; Węglowodany: 315.28 g; suma cukrów p.: 73.16 g; Sól: 3.46 g; Błonnik: 27.02 g;	Wart. en.: 2366.75 kcal; Białko: 112.07 g; Tłuszcz: 78.12 g; Kw. tł. nasyc. o.: 36.61 g; Cholesterol: 154.29 mg; Węglowodany: 310.27 g; suma cukrów p.: 46.39 g; Sól: 4.96 g; Błonnik: 18.08 g;	Wart. en.: 2193.29 kcal; Białko: 116.78 g; Tłuszcz: 84.15 g; Kw. tł. nasyc. o.: 34.04 g; Cholesterol: 211.78 mg; Węglowodany: 264.72 g; suma cukrów p.: 54.46 g; Sól: 4.63 g; Błonnik: 42.10 g;	Wart. en.: 2195.55 kcal; Białko: 111.56 g; Tłuszcz: 77.25 g; Kw. tł. nasyc. o.: 24.81 g; Cholesterol: 245.97 mg; Węglowodany: 275.96 g; suma cukrów p.: 47.85 g; Sól: 5.69 g; Błonnik: 23.32 g;	Wart. en.: 2368.76 kcal; Białko: 152.26 g; Tłuszcz: 98.30 g; Kw. tł. nasyc. o.: 34.19 g; Cholesterol: 288.65 mg; Węglowodany: 229.62 g; suma cukrów p.: 35.79 g; Sól: 5.45 g; Błonnik: 20.54 g;	Wart. en.: 2278.14 kcal; Białko: 116.66 g; Tłuszcz: 85.55 g; Kw. tł. nasyc. o.: 19.52 g; Cholesterol: 271.18 mg; Węglowodany: 272.75 g; suma cukrów p.: 27.31 g; Sól: 6.78 g; Błonnik: 25.89 g;	Wart. en.: 2003.86 kcal; Białko: 104.83 g; Tłuszcz: 60.18 g; Kw. tł. nasyc. o.: 18.39 g; Cholesterol: 232.10 mg; Węglowodany: 272.94 g; suma cukrów p.: 18.38 g; Sól: 6.75 g; Błonnik: 25.92 g;	Wart. en.: 2471.94 kcal; Białko: 96.92 g; Tłuszcz: 84.89 g; Kw. tł. nasyc. o.: 42.51 g; Cholesterol: 124.57 mg; Węglowodany: 340.54 g; suma cukrów p.: 72.29 g; Sól: 2.56 g; Błonnik: 25.42 g;

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
16.06.2026 wtorek	Śniadanie	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Chleb razowy 25 g (***GLU,***) Bułka kajzerka 1 szt (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Schab pieczony 50 g Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka kajzerka 1 szt (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Schab pieczony 50 g Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 25 g (***GLU,***) Bułka grahamka 1 szt (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Schab pieczony 50 g Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka kajzerka 1 szt (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Schab pieczony 50 g Pasta z białka jaja 0,5 [Por] x 100 g (***JAJ, Lak,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka kajzerka 1 szt (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Schab pieczony 50 g Jajo gotowane 2 [Por] x 50 g (***JAJ,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 350 ml (***GLU, S,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony 2 [Por] x 50 g Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 350 ml (***GLU, S,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka kajzerka 1 szt (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Schab pieczony 50 g Jajo gotowane na miękko 2 [Por] x 50 g (***JAJ,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka grahamka 1 szt (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasta jajeczna bez mleka 100 g (***GLU, JAJ, Lak,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	Galaretka owocowa niskosłodzona 150 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, O, Se, SO,***)		Twarożek z ziarnami 75 g (***Lak, może zawierać: GLU, Sj, Lak,***)	Galaretka owocowa niskosłodzona 150 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, O, Se, SO,***)	Twarożek z ziarnami 75 g (***Lak, może zawierać: GLU, Sj, Lak,***)	Galaretka owocowa niskosłodzona 150 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, O, Se, SO,***)	Podpłomyki 1 szt	Twarożek z ziarnami 75 g (***Lak, może zawierać: GLU, Sj, Lak,***)
	Obiad	Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml (***GLU, JAJ, S, może zawierać: Sj,***) Kotlet z piersi kurczaka smażony 100 g (***GLU, JAJ,***) Ziemniaki z koprem 150 g Pomidory z cebulką i olejem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml (***GLU, JAJ, S, może zawierać: Sj,***) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jogurtowy z warzywami 100 g (***GLU, Lak, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml (***GLU, JAJ, S, może zawierać: Sj,***) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jogurtowy z warzywami 100 g (***GLU, Lak, S,***) Ryż brązowy 150 g Pomidory z cebulką i olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 350 ml (***GLU, JAJ, S, może zawierać: Sj,***) Potrawka z kurczaka z ziołami b/śmietany 150 g (***GLU, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml (***GLU, JAJ, S, może zawierać: Sj,***) Filet z kurczaka pieczony 2 [Por] x 100 g Sos jogurtowy z warzywami 100 g (***GLU, Lak, S,***) Ziemniaki z koprem 0,5 [Por] x 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 350 ml (***GLU, JAJ, S, może zawierać: Sj,***) Potrawka z kurczaka z ziołami b/śmietany 150 g (***GLU, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml		Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 350 ml (***GLU, JAJ, S, może zawierać: Sj,***) Risotto warzywne z ryżem brązowym 400 g (***GLU, Lak, S,***) Sos jogurtowy z warzywami 100 g (***GLU, Lak, S,***) Pomidory z cebulką i olejem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Jabłko 150 g					
	Kolacja	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Kiełbasa krakowska 50 g (***Sj,***) Pasta z dorsza z serem i ziołami 50 g (***RYB, Lak,***) Ogórek małosolny 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***)	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Kiełbasa krakowska 50 g (***Sj,***) Pasta z dorsza z serem i ziołami 50 g (***RYB, Lak,***) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***)	Chleb razowy 100 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Kiełbasa krakowska 50 g (***Sj,***) Pasta z dorsza z serem i ziołami 50 g (***RYB, Lak,***) Ogórek małosolny 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***)	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Pasta z dorsza z serem i ziołami 50 g (***RYB, Lak,***) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***)	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Kiełbasa krakowska 50 g (***Sj,***) Pasta z dorsza z serem i ziołami 50 g (***RYB, Lak,***) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***)	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Pasta z dorsza b/ml 50 g (***RYB,***) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Pasta z dorsza b/ml 50 g (***RYB,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Pasta z dorsza z serem i ziołami 100 g (***RYB, Lak,***) Ogórek małosolny 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***)
	PN			Chleb razowy 25 g (***GLU,***) Szynka drobiowa gotowana 0,5 [Por] x 50 g (***GLU, może zawierać: Sj,***)					
		Wart. en.: 2212.28 kcal; Białko: 124.19 g; Tłuszcz: 83.20 g; Kw. tł. nasyc. o.: 23.62 g; Cholesterol: 363.52 mg; Węglowodany: 250.43 g; suma cukrów p.: 28.45 g; Sól: 2.71 g; Błonnik: 18.44 g;	Wart. en.: 2149.86 kcal; Białko: 135.26 g; Tłuszcz: 69.30 g; Kw. tł. nasyc. o.: 23.19 g; Cholesterol: 374.72 mg; Węglowodany: 255.85 g; suma cukrów p.: 29.90 g; Sól: 4.66 g; Błonnik: 20.32 g;	Wart. en.: 2179.81 kcal; Białko: 144.05 g; Tłuszcz: 74.17 g; Kw. tł. nasyc. o.: 23.50 g; Cholesterol: 389.75 mg; Węglowodany: 250.31 g; suma cukrów p.: 36.87 g; Sól: 5.66 g; Błonnik: 36.26 g;	Wart. en.: 2225.10 kcal; Białko: 127.21 g; Tłuszcz: 81.75 g; Kw. tł. nasyc. o.: 26.67 g; Cholesterol: 578.72 mg; Węglowodany: 254.62 g; suma cukrów p.: 29.16 g; Sól: 4.43 g; Błonnik: 19.89 g;	Wart. en.: 2387.38 kcal; Białko: 186.35 g; Tłuszcz: 83.73 g; Kw. tł. nasyc. o.: 27.67 g; Cholesterol: 656.41 mg; Węglowodany: 229.79 g; suma cukrów p.: 32.77 g; Sól: 6.34 g; Błonnik: 19.33 g;	Wart. en.: 2223.19 kcal; Białko: 126.44 g; Tłuszcz: 88.27 g; Kw. tł. nasyc. o.: 21.57 g; Cholesterol: 421.87 mg; Węglowodany: 242.60 g; suma cukrów p.: 17.63 g; Sól: 4.40 g; Błonnik: 24.27 g;	Wart. en.: 2088.14 kcal; Białko: 112.57 g; Tłuszcz: 77.01 g; Kw. tł. nasyc. o.: 22.29 g; Cholesterol: 566.17 mg; Węglowodany: 243.01 g; suma cukrów p.: 16.70 g; Sól: 4.38 g; Błonnik: 23.35 g;	Wart. en.: 2237.87 kcal; Białko: 102.02 g; Tłuszcz: 95.33 g; Kw. tł. nasyc. o.: 27.12 g; Cholesterol: 477.25 mg; Węglowodany: 253.00 g; suma cukrów p.: 34.63 g; Sól: 3.39 g; Błonnik: 23.38 g;

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
17.06.2026 środa	Śniadanie	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (***Lak,***) Chleb razowy 25 g (***GLU,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Pasta z fasoli z ziarnami 50 g (***Se, może zawierać: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak,***) Papryka świeża paski 50 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (***Lak,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Ser biały, plaster 50 g (***Lak,***) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Pasta z fasoli z ziarnami 50 g (***Se, może zawierać: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak,***) Papryka świeża paski 50 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (***Lak,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Ser biały, plaster 50 g (***Lak,***) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (***Lak,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Ser biały, plaster 2 [Por] x 50 g (***Lak,***) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą b/mleka 300 ml (***S,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (***S,***) Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą b/mleka 300 ml (***S,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (***S,***) Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (***Lak,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Ser biały, plaster 2 [Por] x 50 g (***Lak,***) Pasta z fasoli z ziarnami 100 g (***Se, może zawierać: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak,***) Papryka świeża paski 50 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	Banan 1 sztuka 150 g		Ser biały, plaster 2 [Por] x 50 g (***Lak,***)	Banan 1 sztuka 150 g	skyr naturalny 1 szt (***Lak,***)	Banan 1 sztuka 150 g		
	Obiad	Zupa kapuśniak z młodej kapusty 350 ml (***GLU, S,***) Kotlet mielony wp pieczony 100 g (***GLU, JAJ,***) Ziemniaki z koprem 150 g Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem b/ml 350 ml (***S,***) Kotlet mielony wp pieczony 100 g (***GLU, JAJ,***) Ziemniaki z koprem 150 g Szpinak gotowany 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa kapuśniak z młodej kapusty 350 ml (***GLU, S,***) Kasza pęczak 200 g (***GLU,***) sos pieczarkowy 200 g (***GLU, Lak,***) Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem b/ml 350 ml (***S,***) Kotlet mielony wp pieczony 100 g (***GLU, JAJ,***) Ziemniaki z koprem 150 g Szpinak gotowany 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem b/ml 350 ml (***S,***) Kotlet mielony wp pieczony 2 [Por] x 100 g (***GLU, JAJ,***) Ziemniaki z koprem 0,5 [Por] x 150 g Szpinak gotowany 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem b/ml 350 ml (***S,***) Kotlet mielony wp pieczony 100 g (***GLU, JAJ,***) Ziemniaki z koprem 150 g Szpinak gotowany 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem b/ml 350 ml (***S,***) Kotlet mielony wp pieczony 100 g (***GLU, JAJ,***) Jarzynka gotowana 150 g (***GLU, S,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem b/ml 350 ml (***S,***) Kasza pęczak 200 g (***GLU,***) sos pieczarkowy 200 g (***GLU, Lak,***) Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Kapusta pekińska z marchewką i ziarnem 80 g (***może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se,***)					
	Kolacja	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasta z szynką i serem żółtym 100 g (***GLU, JAJ, Sj, Lak,***) Pomidorki koktajlowe 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (***Lak, może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,***)		Chleb razowy 100 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasta z szynką i serem żółtym 100 g (***GLU, JAJ, Sj, Lak,***) Pomidorki koktajlowe 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (***Lak,***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Pasta z pieczonej dyni, dieta 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (***Lak, może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasta z szynką i serem żółtym 100 g (***GLU, JAJ, Sj, Lak,***) Pomidorki koktajlowe 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (***Lak,***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Pasta z pieczonej dyni 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jajo gotowane na miękko 50 g (***JAJ,***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Pasta z pieczonej dyni, dieta 50 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jajo gotowane na miękko 50 g (***JAJ,***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasta z pieczonej dyni z sezamem 2 [Por] x 50 g (***Se, może zawierać: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak,***) Jajo gotowane na miękko 50 g (***JAJ,***) Pomidorki koktajlowe 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (***Lak,***)
	PN			Chleb razowy 25 g (***GLU,***) Polędwica drobiowa got. 0,5 [Por] x 50 g (***GLU,***)					
		Wart. en.: 2655.20 kcal; Białko: 107.92 g; Tłuszcz: 102.21 g; Kw. tł. nasyc. o.: 30.48 g; Cholesterol: 177.42 mg; Węglowodany: 342.00 g; suma cukrów p.: 90.46 g; Sól: 4.78 g; Błonnik: 31.55 g;	Wart. en.: 2561.16 kcal; Białko: 110.14 g; Tłuszcz: 92.23 g; Kw. tł. nasyc. o.: 28.31 g; Cholesterol: 180.30 mg; Węglowodany: 332.74 g; suma cukrów p.: 83.82 g; Sól: 4.76 g; Błonnik: 19.99 g;	Wart. en.: 2448.20 kcal; Białko: 115.32 g; Tłuszcz: 106.52 g; Kw. tł. nasyc. o.: 35.80 g; Cholesterol: 127.27 mg; Węglowodany: 282.50 g; suma cukrów p.: 29.21 g; Sól: 5.53 g; Błonnik: 48.64 g;	Wart. en.: 2435.96 kcal; Białko: 105.30 g; Tłuszcz: 77.02 g; Kw. tł. nasyc. o.: 23.50 g; Cholesterol: 158.93 mg; Węglowodany: 341.07 g; suma cukrów p.: 88.04 g; Sól: 4.38 g; Błonnik: 21.67 g;	Wart. en.: 2762.71 kcal; Białko: 166.27 g; Tłuszcz: 117.10 g; Kw. tł. nasyc. o.: 35.78 g; Cholesterol: 251.12 mg; Węglowodany: 269.00 g; suma cukrów p.: 28.54 g; Sól: 5.08 g; Błonnik: 16.08 g;	Wart. en.: 2326.76 kcal; Białko: 95.04 g; Tłuszcz: 82.89 g; Kw. tł. nasyc. o.: 19.92 g; Cholesterol: 312.08 g; suma cukrów p.: 53.61 g; Sól: 4.39 g; Błonnik: 24.04 g;	Wart. en.: 2226.46 kcal; Białko: 95.23 g; Tłuszcz: 69.36 g; Kw. tł. nasyc. o.: 20.29 g; Cholesterol: 321.27 mg; Węglowodany: 318.99 g; suma cukrów p.: 56.82 g; Sól: 4.57 g; Błonnik: 27.94 g;	Wart. en.: 2727.80 kcal; Białko: 107.61 g; Tłuszcz: 95.82 g; Kw. tł. nasyc. o.: 32.80 g; Cholesterol: 254.33 mg; Węglowodany: 378.07 g; suma cukrów p.: 76.24 g; Sól: 2.89 g; Błonnik: 39.16 g;

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
18.06.2026 czwartek	Śniadanie	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (**GLU, Lak, może zawierać: JAJ.**) Chleb razowy 25 g (**GLU.**) Bułka pszenna 50 g (**GLU.**) Masło 82% 10 g (**Lak.**) Ogonówka wieprzowa 50 g (**GLU, Sj, Lak, może zawierać: JAJ, S, G.**) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g (**może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se.**) Rzodkiewka- plastry 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (**GLU, Lak, może zawierać: JAJ.**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se.**) Bułka pszenna 50 g (**GLU.**) Masło 82% 10 g (**Lak.**) Ogonówka wieprzowa 50 g (**GLU, Sj, Lak, może zawierać: JAJ, S, G.**) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g (**może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se.**) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (**GLU.**) Masło 82% 10 g (**Lak.**) Ogonówka wieprzowa 50 g (**GLU, Sj, Lak, może zawierać: JAJ, S, G.**) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g (**może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se.**) Rzodkiewka- plastry 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (**GLU, Lak, może zawierać: JAJ.**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se.**) Bułka pszenna 50 g (**GLU.**) Masło 82% 10 g (**Lak.**) Szynka drobiowa gotowana 50 g (**GLU, może zawierać: Sj.**) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (**S.**) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (**GLU, Lak, może zawierać: JAJ.**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se.**) Bułka pszenna 50 g (**GLU.**) Masło 82% 10 g (**Lak.**) Szynka drobiowa gotowana 2 [Por] x 50 g (**GLU, może zawierać: Sj.**) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g (**może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se.**) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (**S.**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se.**) Bułka pszenna 50 g (**GLU.**) Mix do smarowania 10 g Ogonówka wieprzowa 50 g (**GLU, Sj, Lak, może zawierać: JAJ, S, G.**) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g (**może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se.**) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (**S.**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se.**) Bułka pszenna 50 g (**GLU.**) Masło 82% 10 g (**Lak.**) Szynka drobiowa gotowana 50 g (**GLU, może zawierać: Sj.**) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (**S.**) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (**GLU, Lak, może zawierać: JAJ.**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se.**) Chleb razowy 50 g (**GLU.**) Masło 82% 10 g (**Lak.**) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 0,5 [Por] x 100 g (**może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se.**) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (**S.**) Rzodkiewka- plastry 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	wafle ryżowe 20 g		Kefir naturalny 150g 150 g (**Lak.**)	wafle ryżowe 20 g	Kefir naturalny 150g 150 g (**Lak.**)	wafle ryżowe 20 g		Kefir naturalny 150g 150 g (**Lak.**)
	Obiad	Zupa grochowa 350 ml (**GLU, S.**) Gulasz z indyka, dieta 150 g (**GLU, S.**) Kasza jęczmienna 150 g (**GLU.**) Surówka z czerwonej kapusty 200 g (**SO.**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z cukinii b/ śmietany 350 ml (**GLU, S.**) Gulasz z indyka, dieta 150 g (**GLU, S.**) Kasza jęczmienna 150 g (**GLU.**) Buraczki gotowane 150 g (**GLU.**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grochowa 350 ml (**GLU, S.**) Gulasz z indyka, dieta 150 g (**GLU, S.**) Kasza jęczmienna 150 g (**GLU.**) Surówka z czerwonej kapusty 200 g (**SO.**) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa z cukinii b/ śmietany 350 ml (**GLU, S.**) Gulasz z indyka, dieta 150 g (**GLU, S.**) Kasza jęczmienna 150 g (**GLU.**) Buraczki gotowane 150 g (**GLU.**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z cukinii b/ śmietany 350 ml (**GLU, S.**) Mięso wieprz. z warzywami b/glut. b/soli 1,5 [Por] x 150 g (**S.**) Kasza jęczmienna 150 g (**GLU.**) Buraczki gotowane 150 g (**GLU.**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z cukinii b/ śmietany 350 ml (**GLU, S.**) Gulasz z indyka, dieta 150 g (**GLU, S.**) Kasza jęczmienna 150 g (**GLU.**) Buraczki gotowane 150 g (**GLU.**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krupnik jagl. na wyw. warzywnym 350 ml (**S.**) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (**GLU, JAJ, S.**) Sos koperkowy 50 g (**GLU, Lak, S.**) Ziemniaki z koprem 150 g Dynia pieczona 150 g (**GLU.**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z cukinii b/ śmietany 350 ml (**GLU, S.**) Kotlet jajeczny 100 g (**GLU, JAJ.**) Ziemniaki z koprem 150 g Buraczki gotowane 150 g (**GLU.**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Marchew sur.plastry 50 g					
	Kolacja	Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se.**) Chleb razowy 50 g (**GLU.**) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony 50 g Sałatka z selera konserw. z kukurydzą i sosem jogurt. 100 g (**GLU, JAJ, Lak, S.**) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (**Lak.**)	Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se.**) Bułka pszenna 50 g (**GLU.**) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony 50 g Sałatka z selera konserw. z kukurydzą i sosem jogurt. 100 g (**GLU, JAJ, Lak, S.**) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (**Lak.**)	Chleb razowy 100 g (**GLU.**) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony 50 g Sałatka z selera konserw. z kukurydzą i sosem jogurt. 100 g (**GLU, JAJ, Lak, S.**) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (**Lak.**)	Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se.**) Bułka pszenna 50 g (**GLU.**) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony 50 g Sałatka jarzynowa - dieta 150 g (**Lak, S.**) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (**Lak.**)	Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se.**) Bułka pszenna 50 g (**GLU.**) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony 50 g Sałatka z selera konserw. z kukurydzą i sosem jogurt. 100 g (**GLU, JAJ, Lak, S.**) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (**Lak.**)	Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se.**) Bułka pszenna 50 g (**GLU.**) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony 2 [Por] x 50 g Sałatka jarzynowa z olejem 150 g (**S.**) Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se.**) Bułka pszenna 50 g (**GLU.**) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony 2 [Por] x 50 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb razowy 25 g (**GLU.**) Chleb pszenno-żytni 60 g (**GLU, może zawierać: Se.**) Mix do smarowania 15 g Ser żółty wędzony 50 g (**Lak.**) Sałatka z selera konserw. z kukurydzą i sosem jogurt. 100 g (**GLU, JAJ, Lak, S.**) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (**Lak.**)
	PN			Chleb razowy 25 g (**GLU.**) Polędwica drobiowa got. 25 g (**GLU.**)					
		Wart. en.: 2417.46 kcal; Białko: 119.66 g; Tłuszcz: 94.89 g; Kw. tł. nasyc. o.: 25.24 g; Cholesterol: 98.05 mg; Węglowodany: 289.27 g; suma cukrów p.: 43.36 g; Sól: 3.60 g; Błonnik: 39.54 g;	Wart. en.: 2276.44 kcal; Białko: 114.56 g; Tłuszcz: 81.50 g; Kw. tł. nasyc. o.: 22.51 g; Cholesterol: 90.72 mg; Węglowodany: 283.63 g; suma cukrów p.: 48.09 g; Sól: 3.41 g; Błonnik: 28.92 g;	Wart. en.: 2308.52 kcal; Białko: 114.88 g; Tłuszcz: 96.74 g; Kw. tł. nasyc. o.: 24.57 g; Cholesterol: 104.24 mg; Węglowodany: 270.32 g; suma cukrów p.: 36.82 g; Sól: 4.91 g; Błonnik: 51.07 g;	Wart. en.: 2239.64 kcal; Białko: 113.56 g; Tłuszcz: 71.46 g; Kw. tł. nasyc. o.: 20.89 g; Cholesterol: 121.52 mg; Węglowodany: 297.35 g; suma cukrów p.: 50.98 g; Sól: 4.91 g; Błonnik: 27.07 g;	Wart. en.: 2472.15 kcal; Białko: 146.43 g; Tłuszcz: 93.76 g; Kw. tł. nasyc. o.: 27.96 g; Cholesterol: 284.92 mg; Węglowodany: 275.37 g; suma cukrów p.: 56.43 g; Sól: 5.93 g; Błonnik: 30.81 g;	Wart. en.: 2404.06 kcal; Białko: 117.59 g; Tłuszcz: 81.51 g; Kw. tł. nasyc. o.: 16.38 g; Cholesterol: 122.67 mg; Węglowodany: 316.50 g; suma cukrów p.: 35.66 g; Sól: 4.15 g; Błonnik: 32.88 g;	Wart. en.: 2382.44 kcal; Białko: 113.19 g; Tłuszcz: 84.61 g; Kw. tł. nasyc. o.: 25.55 g; Cholesterol: 233.24 mg; Węglowodany: 305.11 g; suma cukrów p.: 18.53 g; Sól: 4.14 g; Błonnik: 24.96 g;	Wart. en.: 2436.83 kcal; Białko: 98.56 g; Tłuszcz: 101.12 g; Kw. tł. nasyc. o.: 32.50 g; Cholesterol: 607.79 mg; Węglowodany: 300.86 g; suma cukrów p.: 55.79 g; Sól: 4.40 g; Błonnik: 36.74 g;

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
19.06.2026 piątek	Śniadanie	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Se,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Twaróg 75 g (***Lak,***) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Jabłko 150 g Herbata czarna bez cukru 250 ml		Chleb razowy 100 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Twarożek z zieleniną 100 g (***Lak,***) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Se,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Twaróg 75 g (***Lak,***) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g jabłko pieczone 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Se,***) Chleb razowy 50 g (***GLU,***) Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Twaróg 2 [Por] x 50 g (***Lak,***) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (***S,***) Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Sałata liść 35 g Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 2 [Por] x 25 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (***S,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj,***) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (***S,***) jabłko pieczone 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Se,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Twaróg 75 g (***Lak,***) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Jabłko 150 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	Rogalik maślany 1 szt (***GLU, JAJ, może zawierać: Lak,***)		Jabłko 150 g	Rogalik maślany 1 szt (***GLU, JAJ, może zawierać: Lak,***)	Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***)	Jabłko 150 g	Rogalik maślany 1 szt (***GLU, JAJ, może zawierać: Lak,***)	
	Obiad	Zupa szczawiowa 350 ml (***GLU, JAJ, Lak, S,***) Kopytka z masłem i bułką tartą 350 g (***GLU, JAJ, Lak,***) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (***Lak,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (***GLU, S, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Filet z miruny pieczony 100 g (***RYB,***) sos jarzynowy 50 g (***GLU, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Sos grecki 150 g (***GLU, S,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa szczawiowa 350 ml (***GLU, JAJ, Lak, S,***) Filet z miruny pieczony 100 g (***RYB,***) sos jarzynowy 50 g (***GLU, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Surówka z marchewki i jabłka 200 g (***Lak,***) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (***GLU, S, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Filet z miruny pieczony 100 g (***RYB,***) sos jarzynowy 50 g (***GLU, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Sos grecki dieta 150 g (***GLU, S,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (***GLU, S, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Filet z miruny pieczony 2 [Por] x 100 g (***RYB,***) sos jarzynowy 2 [Por] x 50 g (***GLU, S,***) Ziemniaki z koprem 0,5 [Por] x 150 g Sos grecki 150 g (***GLU, S,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (***GLU, S, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Filet z miruny pieczony 100 g (***RYB,***) sos jarzynowy 50 g (***GLU, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Sos grecki 150 g (***GLU, S,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (***GLU, S, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Filet z miruny pieczony 100 g (***RYB,***) Ziemniaki z koprem 150 g Sos grecki dieta 150 g (***GLU, S,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (***GLU, S, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Kopytka z masłem i bułką tartą 350 g (***GLU, JAJ, Lak,***) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (***Lak,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Papryka świeża paski 0,75 [Por] x 100 g					
	Kolacja	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb razowy 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Ser żółty 35 g (***Lak,***) Sałatka brokuł.-kalafior. z jajkiem i sosem jog. 1,5 [Por] x 100 g (***GLU, JAJ, Lak,***) Sałata strzępiasta 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,***)	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Ser żółty 35 g (***Lak,***) Sałatka brokuł.-kalafior. z jajkiem i sosem jog. 1,5 [Por] x 100 g (***GLU, JAJ, Lak,***) Sałata strzępiasta 15 g Sałatka brokuł.-kalafior. z jajkiem i sosem jog. 1,5 [Por] x 100 g (***GLU, JAJ, Lak,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,***)	Chleb razowy 100 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Ser żółty 35 g (***Lak,***) Sałatka brokuł.-kalafior. z jajkiem i sosem jog. 1,5 [Por] x 100 g (***GLU, JAJ, Lak,***) Sałata strzępiasta 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,***)	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Pasta z białka jaja 50 g (***JAJ, Lak,***) Sałata strzępiasta 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Ser żółty 35 g (***Lak,***) Pasta z białka jaja 100 g (***JAJ, Lak,***) Sałata strzępiasta 15 g Sałatka brokuł.-kalafior. z jajkiem i sosem jog. 1,5 [Por] x 100 g (***GLU, JAJ, Lak,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Pasta jajeczna bez mleka 100 g (***GLU, JAJ, Lak,***) Sałata strzępiasta 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,***)	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Jajo gotowane na miękko 2 [Por] x 50 g (***JAJ,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,***)	Bułka pszenna 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Pasta jajeczna bez mleka 100 g (***GLU, JAJ, Lak,***) Sałata strzępiasta 15 g Sałatka brokuł.-kalafior. z jajkiem i sosem jog. 1,5 [Por] x 100 g (***GLU, JAJ, Lak,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,***)
	PN			Chleb razowy 25 g (***GLU,***) Twaróg chudy 30 g (***może zawierać: Lak,***)					
		Wart. en.: 2818.62 kcal; Białko: 95.79 g; Tłuszcz: 85.86 g; Kw. tł. nasyc. o.: 32.88 g; Cholesterol: 189.60 mg; Węglowodany: 436.73 g; suma cukrów p.: 87.46 g; Sól: 4.74 g; Błonnik: 40.53 g;	Wart. en.: 2535.79 kcal; Białko: 110.98 g; Tłuszcz: 79.91 g; Kw. tł. nasyc. o.: 27.00 g; Cholesterol: 265.52 mg; Węglowodany: 361.75 g; suma cukrów p.: 84.34 g; Sól: 6.31 g; Błonnik: 36.38 g;	Wart. en.: 2102.67 kcal; Białko: 107.50 g; Tłuszcz: 70.60 g; Kw. tł. nasyc. o.: 28.08 g; Cholesterol: 217.57 mg; Węglowodany: 284.09 g; suma cukrów p.: 65.66 g; Sól: 5.26 g; Błonnik: 47.27 g;	Wart. en.: 2225.88 kcal; Białko: 109.79 g; Tłuszcz: 61.21 g; Kw. tł. nasyc. o.: 21.11 g; Cholesterol: 505.65 mg; Węglowodany: 321.83 g; suma cukrów p.: 62.70 g; Sól: 6.54 g; Błonnik: 27.31 g;	Wart. en.: 2534.13 kcal; Białko: 161.49 g; Tłuszcz: 95.72 g; Kw. tł. nasyc. o.: 34.88 g; Cholesterol: 965.60 mg; Węglowodany: 270.71 g; suma cukrów p.: 56.64 g; Sól: 6.84 g; Błonnik: 28.63 g;	Wart. en.: 2126.24 kcal; Białko: 89.51 g; Tłuszcz: 63.44 g; Kw. tł. nasyc. o.: 16.22 g; Cholesterol: 474.37 mg; Węglowodany: 313.03 g; suma cukrów p.: 71.56 g; Sól: 5.54 g; Błonnik: 26.32 g;	Wart. en.: 2126.38 kcal; Białko: 100.56 g; Tłuszcz: 58.31 g; Kw. tł. nasyc. o.: 17.93 g; Cholesterol: 496.25 mg; Węglowodany: 313.28 g; suma cukrów p.: 39.33 g; Sól: 5.40 g; Błonnik: 26.28 g;	Wart. en.: 2938.43 kcal; Białko: 100.01 g; Tłuszcz: 88.75 g; Kw. tł. nasyc. o.: 27.97 g; Cholesterol: 526.40 mg; Węglowodany: 453.96 g; suma cukrów p.: 85.26 g; Sól: 5.28 g; Błonnik: 37.26 g;

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
20.06.2026 sobota	Śniadanie	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Chleb razowy 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Pasta z soczewicy 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Serek ziołowy 50 g (***Lak,***) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Pasta z soczewicy 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Serek ziołowy 50 g (***Lak,***) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Szynka wieprzowa gotowana 2 [Por] x 50 g (***Sj, Lak,***) Serek ziołowy 50 g (***Lak,***) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą b/mleka 300 ml (***S,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Szynka wieprzowa gotowana 2 [Por] x 50 g (***Sj, Lak,***) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (***S,***) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą b/mleka 300 ml (***S,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Szynka wieprzowa gotowana 2 [Por] x 50 g (***Sj, Lak,***) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (***S,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (***GLU, Lak, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasta z soczewicy 100 g Serek ziołowy 50 g (***Lak,***) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	herbatniki 25 g (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ, ORZ,***)		Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***)	herbatniki 25 g (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ, ORZ,***)	Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***)	wafle ryżowe 20 g	herbatniki 25 g (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ, ORZ,***)	
	Obiad	Zupa dyniowa krem 350 ml (***GLU, Lak, S,***) Makaron (200g) w sosie bolońskim z zieleniną (200g) 400 g (***GLU, S, może zawierać: JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 200 g (***G,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem 350 ml (***GLU, Lak, S,***) Makaron (200g) w sosie bolońskim z zieleniną (200g) 400 g (***GLU, S, może zawierać: JAJ,***) Mini marchew pieczona z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem 350 ml (***GLU, Lak, S,***) Makaron razowy (200g) w sosie bolońskim z zieleniną (200g) 400 g (***GLU, S, może zawierać: JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 200 g (***G,***) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa dyniowa krem b/ śmietany 350 ml (***GLU, S,***) Makaron (200g) w sosie bolońskim, dieta (200g) 400 g (***GLU, S, może zawierać: JAJ,***) Mini marchew pieczona z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem 350 ml (***GLU, Lak, S,***) Makaron (200g) w sosie bolońskim z zieleniną (200g) 400 g (***GLU, S, może zawierać: JAJ,***) Mini marchew pieczona z masłem 150 g skyr naturalny 1 szt (***Lak,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem b/ śmietany 350 ml (***GLU, S,***) Makaron (200g) w sosie bolońskim, dieta (200g) 400 g (***GLU, S, może zawierać: JAJ,***) jabłko pieczone 100 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem b/ śmietany 350 ml (***GLU, S,***) Udko z kurczaka gotowane 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mini marchew pieczona z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem b/ śmietany 350 ml (***GLU, S,***) Papryka faszerowana wege 1 Por (***GLU, Lak, S,***) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 200 g (***G,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Arbuz 300 g					
	Kolacja	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasztet wieprz. pieczony 100 g (***GLU, JAJ, S,***) Ogórek zielony 0,5 [Por] x 100 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (***Lak,***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasztet wieprz. pieczony 100 g (***GLU, JAJ, S,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (***Lak,***)	Chleb razowy 100 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasztet wieprz. pieczony 100 g (***GLU, JAJ, S,***) Ogórek zielony 0,5 [Por] x 100 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (***Lak,***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (***S,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (***Lak,***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasztet wieprz. pieczony 100 g (***GLU, JAJ, S,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (***Lak,***)	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasztet wieprz. pieczony 100 g (***GLU, JAJ, S,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (***S,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Ser biały, plaster 50 g (***Lak,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (***Lak,***)
	PN			Chleb razowy 25 g (***GLU,***) Polędwica drobiowa got. 0,5 [Por] x 50 g (***GLU,***)					
		Wart. en.: 2513.03 kcal; Białko: 128.97 g; Tłuszcz: 92.50 g; Kw. tł. nasyc. o.: 32.66 g; Cholesterol: 229.00 mg; Węglowodany: 303.89 g; suma cukrów p.: 43.28 g; Sól: 4.28 g; Błonnik: 28.46 g;	Wart. en.: 2422.71 kcal; Białko: 129.43 g; Tłuszcz: 91.11 g; Kw. tł. nasyc. o.: 35.05 g; Cholesterol: 238.65 mg; Węglowodany: 279.50 g; suma cukrów p.: 40.91 g; Sól: 3.98 g; Błonnik: 19.79 g;	Wart. en.: 2505.44 kcal; Białko: 134.23 g; Tłuszcz: 91.29 g; Kw. tł. nasyc. o.: 31.57 g; Cholesterol: 227.19 mg; Węglowodany: 306.28 g; suma cukrów p.: 49.24 g; Sól: 5.63 g; Błonnik: 44.14 g;	Wart. en.: 2170.64 kcal; Białko: 120.44 g; Tłuszcz: 72.84 g; Kw. tł. nasyc. o.: 27.65 g; Cholesterol: 184.18 mg; Węglowodany: 265.42 g; suma cukrów p.: 40.86 g; Sól: 5.11 g; Błonnik: 18.28 g;	Wart. en.: 2543.71 kcal; Białko: 160.13 g; Tłuszcz: 93.41 g; Kw. tł. nasyc. o.: 37.36 g; Cholesterol: 264.15 mg; Węglowodany: 274.00 g; suma cukrów p.: 38.68 g; Sól: 4.78 g; Błonnik: 19.46 g;	Wart. en.: 2256.69 kcal; Białko: 108.98 g; Tłuszcz: 72.66 g; Kw. tł. nasyc. o.: 22.64 g; Cholesterol: 211.75 mg; Węglowodany: 302.73 g; suma cukrów p.: 33.22 g; Sól: 4.46 g; Błonnik: 27.77 g;	Wart. en.: 2251.28 kcal; Białko: 100.89 g; Tłuszcz: 88.85 g; Kw. tł. nasyc. o.: 24.99 g; Cholesterol: 269.17 mg; Węglowodany: 272.78 g; suma cukrów p.: 24.16 g; Sól: 5.14 g; Błonnik: 22.70 g;	Wart. en.: 2409.79 kcal; Białko: 103.87 g; Tłuszcz: 82.87 g; Kw. tł. nasyc. o.: 26.43 g; Cholesterol: 78.38 mg; Węglowodany: 326.32 g; suma cukrów p.: 64.09 g; Sól: 4.14 g; Błonnik: 33.88 g;

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
21.06.2026 niedziela	Śniadanie	Zupa ml. ryżowa 300 ml (**Lak,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Chleb razowy 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Polędwica wieprzowa 50 g (**Sj,**) Jajo gotowane 50 g (**JAJ,**) Rzodkiewka z koperkiem 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (**Lak,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Polędwica wieprzowa 50 g (**Sj,**) Jajo gotowane 50 g (**JAJ,**) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Polędwica wieprzowa 50 g (**Sj,**) Jajo gotowane 50 g (**JAJ,**) Rzodkiewka z koperkiem 2 [Por] x 50 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (**Lak,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Polędwica wieprzowa 50 g (**Sj,**) Pasta z białka jaja 0,5 [Por] x 100 g (**JAJ, Lak,**) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (**Lak,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Polędwica wieprzowa 50 g (**Sj,**) Jajo gotowane 2 [Por] x 50 g (**JAJ,**) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (**S,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Polędwica wieprzowa 50 g (**Sj,**) Jajo gotowane 2 [Por] x 50 g (**JAJ,**) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (**S,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Masło 82% 10 g (**Lak,**) Polędwica wieprzowa 50 g (**Sj,**) Jajo gotowane na miękko 2 [Por] x 50 g (**JAJ,**) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (**Lak,**) Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Chleb razowy 50 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Pasta jajeczna bez mleka 100 g (**GLU, JAJ, Lak,**) Rzodkiewka z koperkiem 2 [Por] x 50 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	Banan 1 sztuka 150 g		Ser biały, plaster 2 [Por] x 50 g (**Lak,**)	Banan 1 sztuka 150 g				
	Obiad	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (**GLU, S, może zawierać: S, G, SO,**) Schab pieczony w sosie własnym 100 g (**GLU,**) Ziemniaki z koprem 150 g Mix sałat z zieleniną i olejem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (**GLU, S, może zawierać: S, G, SO,**) Schab pieczony w sosie własnym 100 g (**GLU,**) Ziemniaki z koprem 150 g Cukinia pieczona 150 g (**GLU,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (**GLU, S, może zawierać: S, G, SO,**) Schab pieczony w sosie własnym 100 g (**GLU,**) Ziemniaki z koprem 150 g Mix sałat z zieleniną i olejem 150 g (**SO,**) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (**GLU, S, może zawierać: S, G, SO,**) Schab pieczony w sosie koperkowym 100 g (**GLU,**) Ziemniaki z koprem 150 g Cukinia pieczona 150 g (**GLU,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (**GLU, S, może zawierać: S, G, SO,**) Schab pieczony w sosie własnym 2 [Por] x 100 g (**GLU,**) Ziemniaki z koprem 0,5 [Por] x 150 g Cukinia pieczona 150 g (**GLU,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (**GLU, S, może zawierać: S, G, SO,**) Schab pieczony w sosie własnym 100 g (**GLU,**) Ziemniaki z koprem 150 g Cukinia pieczona 150 g (**GLU,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krupnik na wywarze warzywnym 350 ml (**GLU, S,**) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (**GLU, JAJ, S,**) Sos koperkowy 50 g (**GLU, Lak, S,**) Ziemniaki z koprem 150 g Jarzynka gotowana 150 g (**GLU, S,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (**GLU, S, może zawierać: S, G, SO,**) Naleśniki z serem (2szt.) 250 g (**GLU, JAJ, Lak, może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Lak, Se, SO,**) Jogurt naturalny 1 szt (**Lak,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Jabłko 150 g					
	Kolacja	Chleb pszenno-żytni 60 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka wrocławska 25 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Kiełbasa krakowska 50 g (**Sj,**) Pasta z łososia z twarogiem 50 g (**RYB, Lak,**) Ogórek małosolny 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (**może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,**)	Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Kiełbasa krakowska 50 g (**Sj,**) Pasta z łososia z twarogiem 0,5 [Por] x 100 g (**RYB, Lak,**) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (**może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,**)	Chleb razowy 100 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Kiełbasa krakowska 50 g (**Sj,**) Pasta z łososia z twarogiem 0,5 [Por] x 100 g (**RYB, Lak,**) Ogórek małosolny 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (**może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,**)	Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g szynka wieprz. gotowana 50 g (**Sj, Lak,**) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (**S,**) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (**może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,**)	Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Kiełbasa krakowska 50 g (**Sj,**) Pasta z łososia z twarogiem 100 g (**RYB, Lak,**) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (**może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,**)	Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g szynka wieprz. gotowana 50 g (**Sj, Lak,**) Pasta z warzyw dozwolonych 0,5 [Por] x 100 g (**S,**) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (**może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,**)	Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g szynka wieprz. gotowana 50 g (**Sj, Lak,**) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (**S,**) Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (**może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,**)	Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Pasta z łososia z twarogiem 50 g (**RYB, Lak,**) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (**S,**) Ogórek małosolny 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (**może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,**)
	PN			Chleb razowy 25 g (**GLU,**) Polędwica wieprzowa 50 g (**Sj,**)					
		Wart. en.: 2115.28 kcal; Białko: 112.17 g; Tłuszcz: 67.74 g; Kw. tł. nasyc. o.: 22.84 g; Cholesterol: 292.02 mg; Węglowodany: 277.81 g; suma cukrów p.: 86.96 g; Sól: 3.15 g; Błonnik: 25.15 g;	Wart. en.: 2185.04 kcal; Białko: 113.90 g; Tłuszcz: 67.04 g; Kw. tł. nasyc. o.: 23.75 g; Cholesterol: 291.57 mg; Węglowodany: 291.83 g; suma cukrów p.: 87.38 g; Sól: 3.30 g; Błonnik: 18.34 g;	Wart. en.: 2095.35 kcal; Białko: 134.06 g; Tłuszcz: 71.64 g; Kw. tł. nasyc. o.: 24.08 g; Cholesterol: 293.98 mg; Węglowodany: 248.43 g; suma cukrów p.: 48.09 g; Sól: 3.98 g; Błonnik: 37.69 g;	Wart. en.: 2173.93 kcal; Białko: 106.64 g; Tłuszcz: 68.16 g; Kw. tł. nasyc. o.: 22.90 g; Cholesterol: 481.52 mg; Węglowodany: 294.12 g; suma cukrów p.: 85.20 g; Sól: 3.95 g; Błonnik: 19.15 g;	Wart. en.: 2364.90 kcal; Białko: 161.59 g; Tłuszcz: 76.17 g; Kw. tł. nasyc. o.: 25.83 g; Cholesterol: 549.06 mg; Węglowodany: 267.28 g; suma cukrów p.: 85.94 g; Sól: 4.14 g; Błonnik: 15.96 g;	Wart. en.: 2219.34 kcal; Białko: 101.44 g; Tłuszcz: 71.94 g; Kw. tł. nasyc. o.: 20.11 g; Cholesterol: 461.82 mg; Węglowodany: 304.27 g; suma cukrów p.: 53.44 g; Sól: 4.04 g; Błonnik: 23.10 g;	Wart. en.: 2246.47 kcal; Białko: 86.67 g; Tłuszcz: 67.76 g; Kw. tł. nasyc. o.: 22.89 g; Cholesterol: 484.84 mg; Węglowodany: 337.47 g; suma cukrów p.: 66.32 g; Sól: 4.06 g; Błonnik: 28.55 g;	Wart. en.: 2357.72 kcal; Białko: 84.97 g; Tłuszcz: 78.81 g; Kw. tł. nasyc. o.: 24.07 g; Cholesterol: 486.70 mg; Węglowodany: 338.64 g; suma cukrów p.: 123.34 g; Sól: 3.57 g; Błonnik: 22.05 g;

WSS im.Stefana Kardynała Wyszyńskiego
Al.Kraśnicka 100, 20-718, Lublin

Oznaczenia alergenów:

GLU - Zboża zawierające gluten (pszenica, jęczmień, żyto, owies, orkisz, kamut),
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
ORZ - Orzeszki ziemne, arachidowe,
Sj - Soja i pochodne,
Lak - Laktoza,
O - Orzechy i migdały,
S - Seler i pochodne,
G - Gorczyca i pochodne,
Se - Nasiona sezamu i pochodne,
SO - Siarka,
Ł - Łubin i pochodne,
M - Mięczaki i pochodne,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wart. en. - Wartość energetyczna[kcal],
Białko - Białko ogółem,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany - Węglowodany ogółem,
Kw. tł. nasyc. o. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Cholesterol - Cholesterol,
Błonnik - Błonnik pokarmowy,
suma cukrów p. - suma cukrów prostych,
Sól - Sól,