		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
06.07.2026 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,***) Ogonówka wieprzowa 50 g (***GLU, Sj, Lak, może zawierać: JAJ, S, G,***) Pasta z soczewicy 50 g 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,***) Ogonówka wieprzowa 50 g (***GLU, Sj, Lak, może zawierać: JAJ, S, G,***) 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	Chleb razowy 100 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Ogonówka wieprzowa 50 g (***GLU, Sj, Lak, może zawierać: JAJ, S, G,***) Pasta z soczewicy 100 g Papryka świeża paski 50 g 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,***) 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. 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,***) Ogonówka wieprzowa 50 g (***GLU, Sj, Lak, może zawierać: JAJ, S, G,***) 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 z kaszą kukurydzianą b/mleka 300 ml (***S,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 10 g Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Jajo gotowane na miękko 2 [Por] x 50 g (***JAJ,***) 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,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Jajo gotowane na miękko 2 [Por] x 50 g (***JAJ,***) 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,***) Pasta z soczewicy 100 g Jajo gotowane na miękko 50 g (***JAJ,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	Jabłko 150 g			jabłko pieczone 100 g	Jajo gotowane na miękko 2 [Por] x 50 g (***JAJ,***)	jabłko pieczone 100 g		Jabłko 150 g
	Obiad	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (***GLU, S, może zawierać: S, G, SO,***) Makaron świderek z serem białym i skwarkami 350 g (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (***GLU, S, może zawierać: S, G, SO,***) Makaron świderek z serem białym i masłem 350 g (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g (***SO,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (***GLU, S, może zawierać: S, G, SO,***) Makaron razowy z serem białym i masłem 350 g (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g (***SO,***) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (***GLU, S, może zawierać: S, G, SO,***) Makaron świderek z serem białym i masłem 350 g (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ,***) Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (***GLU, S, może zawierać: S, G, SO,***) Makaron świderek z serem białym i masłem 350 g (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ,***) Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g (***SO,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (***GLU, S, może zawierać: S, G, SO,***) Zrazik drobiowy, dieta 100 g (***GLU, JAJ, S,***) Sos koperkowy 50 g (***GLU, Lak, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana na wyw. warzywnym 350 ml (***S,***) Zrazik drobiowy, dieta 100 g (***GLU, JAJ, S,***) Sos koperkowy 50 g (***GLU, Lak, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana na wyw. warzywnym 350 ml (***S,***) Makaron świderek z serem białym i masłem 350 g (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g (***SO,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Kalafior gotowany z zieleniną 150 g					
	Kolacja	Chleb razowy 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Serek topiony (2 szt.) 35 g (***Lak,***) Schab pieczony 50 g 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 Serek topiony (2 szt.) 35 g (***Lak,***) Schab pieczony 50 g 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 Serek topiony (2 szt.) 35 g (***Lak,***) Schab pieczony 50 g 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 Schab pieczony 50 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (***S,***) Sałata liść 35 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 Serek topiony (2 szt.) 35 g (***Lak,***) Schab pieczony 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 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 Schab pieczony 50 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (***S,***) 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 10 g Schab pieczony 50 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (***S,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, Se, SO,***)	Chleb razowy 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Serek topiony (3 szt.) 35 g (***Lak,***) Pomidor 100 g Sałata liść 35 g Miód wielokwiatowy 25 g (***może zawierać: GLU, ORZ, Sj, 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,***) Kiełbasa krakowska 0,5 [Por] x 50 g (***Sj,***)					
		Wart. en.: 2388.43 kcal; Białko: 106.85 g; Tłuszcz: 93.05 g; Kw. tł. nasyc. o.: 33.79 g; Cholesterol: 112.00 mg; Węglowodany: 291.63 g; suma cukrów p.: 68.13 g; Sól: 2.92 g; Błonnik: 27.65 g;	Wart. en.: 2317.02 kcal; Białko: 102.95 g; Tłuszcz: 87.37 g; Kw. tł. nasyc. o.: 29.55 g; Cholesterol: 86.90 mg; Węglowodany: 288.50 g; suma cukrów p.: 67.54 g; Sól: 3.00 g; Błonnik: 23.78 g;	Wart. en.: 2337.99 kcal; Białko: 116.27 g; Tłuszcz: 84.93 g; Kw. tł. nasyc. o.: 27.58 g; Cholesterol: 69.80 mg; Węglowodany: 296.25 g; suma cukrów p.: 54.57 g; Sól: 3.56 g; Błonnik: 46.69 g;	Wart. en.: 2248.31 kcal; Białko: 106.99 g; Tłuszcz: 76.69 g; Kw. tł. nasyc. o.: 23.69 g; Cholesterol: 139.43 mg; Węglowodany: 291.84 g; suma cukrów p.: 68.54 g; Sól: 4.48 g; Błonnik: 24.01 g;	Wart. en.: 2652.80 kcal; Białko: 150.12 g; Tłuszcz: 110.39 g; Kw. tł. nasyc. o.: 37.46 g; Cholesterol: 503.10 mg; Węglowodany: 272.13 g; suma cukrów p.: 44.61 g; Sól: 3.59 g; Błonnik: 20.78 g;	Wart. en.: 2403.17 kcal; Białko: 114.26 g; Tłuszcz: 89.01 g; Kw. tł. nasyc. o.: 23.36 g; Cholesterol: 592.00 mg; Węglowodany: 299.82 g; suma cukrów p.: 57.00 g; Sól: 5.19 g; Błonnik: 28.01 g;	Wart. en.: 2221.98 kcal; Białko: 101.80 g; Tłuszcz: 79.17 g; Kw. tł. nasyc. o.: 23.65 g; Cholesterol: 553.00 mg; Węglowodany: 288.12 g; suma cukrów p.: 41.92 g; Sól: 5.09 g; Błonnik: 26.52 g;	Wart. en.: 2284.92 kcal; Białko: 86.75 g; Tłuszcz: 83.43 g; Kw. tł. nasyc. o.: 30.32 g; Cholesterol: 217.35 mg; Węglowodany: 309.31 g; suma cukrów p.: 67.39 g; Sól: 2.69 g; Błonnik: 31.19 g;

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
07.07.2026 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,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Ogórek zielony 0,5 [Por] x 100 g Sałata lodowa z zieleniną 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,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g (***GLU,***) Bułka grahamka 1 szt (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Ogórek zielony 0,5 [Por] x 100 g Sałata lodowa z zieleniną 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,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Pasta z białka jaja 0,5 [Por] x 100 g (***JAJ, Lak,***) Sałata lodowa z zieleniną 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,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Jajo gotowane 2 [Por] x 50 g (***JAJ,***) Sałata lodowa z zieleniną 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 Szynka wieprzowa gotowana 2 [Por] x 50 g (***Sj, Lak,***) Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Sałata lodowa z zieleniną 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,***) Szynka wieprzowa gotowana 2 [Por] x 50 g (***Sj, Lak,***) Jajo gotowane na miękko 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 100 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	Galaretka owocowa niskosłodzona 150 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, O, Se, SO,***)		Kefir naturalny 150g 150 g (***Lak,***)	Galaretka owocowa niskosłodzona 150 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, O, Se, SO,***)	Kefir naturalny 150g 150 g (***Lak,***)	Galaretka owocowa niskosłodzona 150 ml (***może zawierać: GLU, Sj, Lak, O, Se, SO,***)	Podpłomyki 1 szt	Kefir naturalny 150g 150 g (***Lak,***)
	Obiad	Zupa z zielonego groszku 350 ml (***GLU, Lak, S,***) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki z koprem 150 g Surówka z porem, jabłkiem i marchewką 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z zielonego groszku 350 ml (***GLU, Lak, S,***) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki z koprem 150 g Cukinia pieczona 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z zielonego groszku 350 ml (***GLU, Lak, S,***) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki z koprem 150 g Surówka z porem, jabłkiem i marchewką 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa krupnik jaglany 350 ml (***S,***) Udko z kurczaka gotowane 150 g Sos pietruszkowy 50 g (***GLU, Lak, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Cukinia pieczona 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z zielonego groszku 350 ml (***GLU, Lak, S,***) 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 krupnik jaglany 350 ml (***S,***) Udko z kurczaka gotowane 150 g Ziemniaki z koprem 150 g Cukinia pieczona 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krupnik jaglany 350 ml (***S,***) Udko z kurczaka gotowane 150 g Sos pietruszkowy 50 g (***GLU, Lak, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Jarzynka gotowana 150 g (***GLU, S,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krupnik jagl. na wyw. warzywnym 350 ml (***S,***) Racuchy ziemniaczane 3 sztuki 250 g (***GLU, JAJ, Lak,***) 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,***) Pomidor 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 ryżem i warzywami, dieta 100 g (***RYB, S,***) Pomidor 100 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,***) Pomidor 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 ryżem i warzywami, dieta 100 g (***RYB, S,***) Pomidor bez skóry 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. 2 [Por] x 50 g (***GLU,***) Pasta z dorsza z ryżem i warzywami, dieta 50 g (***RYB, S,***) Pomidor 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 ryżem i warzywami, dieta 100 g (***RYB, 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 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 Ser żółty 50 g (***Lak,***) Sałatka z ryż. brąz. z tuńczykiem 100 g (***GLU, JAJ, RYB, Lak,***) Pomidor 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.: 2290.69 kcal; Białko: 113.45 g; Tłuszcz: 92.08 g; Kw. tł. nasyc. o.: 27.58 g; Cholesterol: 460.55 mg; Węglowodany: 266.93 g; suma cukrów p.: 38.38 g; Sól: 6.60 g; Błonnik: 27.42 g;	Wart. en.: 2196.89 kcal; Białko: 114.70 g; Tłuszcz: 83.10 g; Kw. tł. nasyc. o.: 27.28 g; Cholesterol: 461.70 mg; Węglowodany: 257.61 g; suma cukrów p.: 28.57 g; Sól: 5.47 g; Błonnik: 18.41 g;	Wart. en.: 2363.34 kcal; Białko: 114.23 g; Tłuszcz: 97.71 g; Kw. tł. nasyc. o.: 27.82 g; Cholesterol: 472.95 mg; Węglowodany: 279.44 g; suma cukrów p.: 49.60 g; Sól: 7.72 g; Błonnik: 43.52 g;	Wart. en.: 2333.09 kcal; Białko: 123.30 g; Tłuszcz: 84.60 g; Kw. tł. nasyc. o.: 26.41 g; Cholesterol: 628.90 mg; Węglowodany: 279.98 g; suma cukrów p.: 28.97 g; Sól: 5.47 g; Błonnik: 19.14 g;	Wart. en.: 2565.52 kcal; Białko: 158.79 g; Tłuszcz: 118.44 g; Kw. tł. nasyc. o.: 36.23 g; Cholesterol: 817.52 mg; Węglowodany: 224.41 g; suma cukrów p.: 33.14 g; Sól: 7.22 g; Błonnik: 15.49 g;	Wart. en.: 2169.82 kcal; Białko: 113.13 g; Tłuszcz: 80.65 g; Kw. tł. nasyc. o.: 20.80 g; Cholesterol: 455.05 mg; Węglowodany: 259.98 g; suma cukrów p.: 17.66 g; Sól: 5.97 g; Błonnik: 22.44 g;	Wart. en.: 2180.91 kcal; Białko: 116.06 g; Tłuszcz: 71.89 g; Kw. tł. nasyc. o.: 21.56 g; Cholesterol: 455.82 mg; Węglowodany: 277.50 g; suma cukrów p.: 19.58 g; Sól: 6.29 g; Błonnik: 27.52 g;	Wart. en.: 2394.00 kcal; Białko: 87.00 g; Tłuszcz: 126.72 g; Kw. tł. nasyc. o.: 33.16 g; Cholesterol: 522.14 mg; Węglowodany: 239.69 g; suma cukrów p.: 43.07 g; Sól: 4.71 g; Błonnik: 24.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 06.07.2026 do dnia 19.07.2026 KUCHNIA

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
08.07.2026 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 Mix sałat z zieleniną, dieta 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,**) 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,**) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleniną 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 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,**) Mix sałat z zieleniną, dieta 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,**) 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 15 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (**S,**) Polędwica wieprzowa 50 g (**Sj,**) 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,**) 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 50 g (**Lak,**) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleniną 100 g Mix sałat z zieleniną, dieta 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,**) Kotlet mielony smażony 100 g (**GLU, JAJ,**) Ziemniaki z koprem 150 g Szpinak gotowany 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,**) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (**GLU, JAJ, S,**) Sos koperkowy 50 g (**GLU, Lak, S,**) Ziemniaki z koprem 150 g Szpinak gotowany 150 g (**GLU,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z cukinii b/ śmietany 350 ml (**GLU, S,**) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (**GLU, JAJ, S,**) Sos koperkowy 50 g (**GLU, Lak, S,**) Kasza pęczak 150 g (**GLU,**) Szpinak gotowany 150 g (**GLU,**) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa z cukinii b/ śmietany 350 ml (**GLU, S,**) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (**GLU, JAJ, S,**) Sos koperkowy 50 g (**GLU, Lak, S,**) Ziemniaki z koprem 150 g Szpinak gotowany 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,**) Klopsiki wieprzowe 2 [Por] x 100 g (**GLU, JAJ, S,**) Sos koperkowy 50 g (**GLU, Lak, S,**) Ziemniaki z koprem 0,5 [Por] x 150 g Szpinak gotowany 150 g (**GLU,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z cukinii b/ śmietany 350 ml (**GLU, S,**) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (**GLU, JAJ, S,**) Sos koperkowy 50 g (**GLU, Lak, S,**) Ziemniaki z koprem 150 g Szpinak gotowany 150 g (**GLU,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 350 ml (**GLU, S,**) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (**GLU, JAJ, S,**) Sos koperkowy 50 g (**GLU, Lak, S,**) Ziemniaki z koprem 150 g Marchew gotowana 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,**) Gulasz warzywny wege 150 g (**GLU, Lak, S,**) Kasza pęczak 200 g (**GLU,**) Szpinak gotowany 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,**) Chleb razowy 50 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Kiełbasa krakowska 50 g (**Sj,**) Ser żółty 35 g (**Lak,**) Ogórek małosolny 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,**) Ser żółty 35 g (**Lak,**) Sałata strzępiasta 20 g 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,**) Ser żółty 35 g (**Lak,**) Ogórek małosolny 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 z pieczonej dyni, dieta 50 g Sałata strzępiasta 20 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,**) Ser żółty 35 g (**Lak,**) Sałata strzępiasta 20 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 z sezamem 50 g (**Se, może zawierać: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak,**) Sałata strzępiasta 20 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,**) Ogórek małosolny 100 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.: 2623.77 kcal; Białko: 104.07 g; Tłuszcz: 94.58 g; Kw. tł. nasyc. o.: 29.43 g; Cholesterol: 106.62 mg; Węglowodany: 351.15 g; suma cukrów p.: 82.08 g; Sól: 2.64 g; Błonnik: 25.48 g;	Wart. en.: 2526.90 kcal; Białko: 107.63 g; Tłuszcz: 84.96 g; Kw. tł. nasyc. o.: 31.75 g; Cholesterol: 170.53 mg; Węglowodany: 342.59 g; suma cukrów p.: 83.97 g; Sól: 3.75 g; Błonnik: 21.20 g;	Wart. en.: 2335.79 kcal; Białko: 127.45 g; Tłuszcz: 101.93 g; Kw. tł. nasyc. o.: 35.77 g; Cholesterol: 179.58 mg; Węglowodany: 245.74 g; suma cukrów p.: 20.82 g; Sól: 5.30 g; Błonnik: 34.82 g;	Wart. en.: 2343.01 kcal; Białko: 99.51 g; Tłuszcz: 76.54 g; Kw. tł. nasyc. o.: 25.19 g; Cholesterol: 176.88 mg; Węglowodany: 325.60 g; suma cukrów p.: 68.87 g; Sól: 4.08 g; Błonnik: 23.51 g;	Wart. en.: 2728.54 kcal; Białko: 164.45 g; Tłuszcz: 108.51 g; Kw. tł. nasyc. o.: 49.44 g; Cholesterol: 283.70 mg; Węglowodany: 281.23 g; suma cukrów p.: 51.88 g; Sól: 4.12 g; Błonnik: 17.39 g;	Wart. en.: 2244.87 kcal; Białko: 91.78 g; Tłuszcz: 83.16 g; Kw. tł. nasyc. o.: 23.22 g; Cholesterol: 348.15 mg; Węglowodany: 294.87 g; suma cukrów p.: 55.81 g; Sól: 4.30 g; Błonnik: 25.17 g;	Wart. en.: 2156.94 kcal; Białko: 91.30 g; Tłuszcz: 71.19 g; Kw. tł. nasyc. o.: 23.45 g; Cholesterol: 348.10 mg; Węglowodany: 301.72 g; suma cukrów p.: 59.83 g; Sól: 4.52 g; Błonnik: 28.33 g;	Wart. en.: 2644.93 kcal; Białko: 94.84 g; Tłuszcz: 87.14 g; Kw. tł. nasyc. o.: 29.96 g; Cholesterol: 228.38 mg; Węglowodany: 385.10 g; suma cukrów p.: 96.20 g; Sól: 2.86 g; Błonnik: 31.01 g;

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
09.07.2026 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,***) Kiełbasa krakowska 50 g (***Sj,***) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g (***może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se,***) Rzodkiewka- plastry 50 g Sałata liść 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,***) Kiełbasa krakowska 50 g (***Sj,***) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g (***może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se,***) 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,***) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g (***może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se,***) Rzodkiewka- plastry 50 g Sałata liść 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 wieprzowa gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (***S,***) Sałata liść 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 wieprzowa gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g (***może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se,***) Sałata liść 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 wieprzowa gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) 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,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Chleb razowy 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 100 g (***może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se,***) Miód wielokwiatowy 25 g (***może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Lak,***) Rzodkiewka- plastry 50 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	herbatniki 25 g (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ, ORZ,***)		Arbuz 300 g	herbatniki 25 g (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ, ORZ,***)		jabłko pieczone 100 g	herbatniki 25 g (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ, ORZ,***)	
	Obiad	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (***GLU, S,***) Leczo z cukinii 350 g (***GLU, Sj, Lak,***) Chleb graham 60 g (***GLU,***) Jabłko 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (***GLU, S,***) Potrawka z kurczaka 150 g (***GLU, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Buraczki gotowane 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (***GLU, S,***) Leczo z cukinii 350 g (***GLU, Sj, Lak,***) Chleb graham 60 g (***GLU,***) Jabłko 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (***GLU, S,***) Potrawka z kurczaka 150 g (***GLU, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Buraczki gotowane 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (***GLU, S,***) Potrawka z kurczaka 250 g (***GLU, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Buraczki gotowane 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (***GLU, S,***) Potrawka z kurczaka 150 g (***GLU, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Buraczki gotowane 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml (***S,***) Potrawka z kurczaka 150 g (***GLU, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Dynia pieczona 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (***GLU, S,***) Leczo z cukinii b/ mięsne 350 g (***GLU, S,***) Chleb graham 60 g (***GLU,***) Jabłko 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Kefir naturalny 150g 150 g (***Lak,***)					
	Kolacja	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Chleb razowy 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony ze śliwką 50 g (***może zawierać: ORZ, G, SO, Se,***) Sałatka z selera konserw. z kukurydzą i sosem jogurt. 100 g (***GLU, JAJ, Lak, S,***) Sałata strzępiasta 15 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 Schab pieczony ze śliwką 50 g (***może zawierać: ORZ, G, SO, Se,***) Sałatka z selera konserw. z kukurydzą i sosem jogurt. 100 g (***GLU, JAJ, Lak, S,***) Sałata strzępiasta 15 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 Schab pieczony 50 g Sałatka z selera konserw. z kukurydzą i sosem jogurt. 100 g (***GLU, JAJ, Lak, S,***) Sałata strzępiasta 15 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,***) Sałata strzępiasta 15 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 Schab pieczony 50 g Sałatka z selera konserw. z kukurydzą i sosem jogurt. 100 g (***GLU, JAJ, Lak, S,***) Sałata strzępiasta 15 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 Schab pieczony 2 [Por] x 50 g Sałatka jarzynowa z olejem 150 g (***S,***) Sałata strzępiasta 15 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 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,***) Sałata strzępiasta 15 g 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,***) Polędwica drobiowa got. 25 g (***GLU,***)					
		Wart. en.: 2397.35 kcal; Białko: 114.76 g; Tłuszcz: 83.54 g; Kw. tł. nasyc. o.: 28.64 g; Cholesterol: 142.80 mg; Węglowodany: 309.83 g; suma cukrów p.: 82.54 g; Sól: 3.61 g; Błonnik: 38.40 g;	Wart. en.: 2452.04 kcal; Białko: 120.84 g; Tłuszcz: 79.63 g; Kw. tł. nasyc. o.: 25.02 g; Cholesterol: 199.61 mg; Węglowodany: 326.14 g; suma cukrów p.: 75.87 g; Sól: 4.07 g; Błonnik: 28.50 g;	Wart. en.: 2246.67 kcal; Białko: 109.92 g; Tłuszcz: 80.82 g; Kw. tł. nasyc. o.: 27.96 g; Cholesterol: 138.19 mg; Węglowodany: 293.90 g; suma cukrów p.: 68.85 g; Sól: 5.08 g; Błonnik: 50.74 g;	Wart. en.: 2429.93 kcal; Białko: 122.88 g; Tłuszcz: 71.25 g; Kw. tł. nasyc. o.: 24.62 g; Cholesterol: 242.31 mg; Węglowodany: 336.16 g; suma cukrów p.: 77.92 g; Sól: 5.59 g; Błonnik: 25.95 g;	Wart. en.: 2598.94 kcal; Białko: 138.57 g; Tłuszcz: 88.01 g; Kw. tł. nasyc. o.: 27.55 g; Cholesterol: 313.02 mg; Węglowodany: 325.35 g; suma cukrów p.: 75.76 g; Sól: 5.31 g; Błonnik: 26.70 g;	Wart. en.: 2449.72 kcal; Białko: 120.37 g; Tłuszcz: 77.62 g; Kw. tł. nasyc. o.: 19.07 g; Cholesterol: 207.66 mg; Węglowodany: 335.99 g; suma cukrów p.: 48.53 g; Sól: 4.27 g; Błonnik: 36.08 g;	Wart. en.: 2247.35 kcal; Białko: 120.74 g; Tłuszcz: 74.67 g; Kw. tł. nasyc. o.: 22.67 g; Cholesterol: 242.56 mg; Węglowodany: 285.79 g; suma cukrów p.: 25.63 g; Sól: 4.36 g; Błonnik: 24.06 g;	Wart. en.: 2245.57 kcal; Białko: 81.80 g; Tłuszcz: 67.40 g; Kw. tł. nasyc. o.: 25.57 g; Cholesterol: 67.70 mg; Węglowodany: 346.58 g; suma cukrów p.: 85.36 g; Sól: 4.24 g; Błonnik: 43.33 g;

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
10.07.2026 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 ogórkiem i koperkiem 100 g (***Lak,***) Sałata liść 35 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 b/ml dieta 350 ml (***GLU, 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 b/ml dieta 350 ml (***GLU, 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 dyniowa krem 350 ml (***GLU, Lak, S,***) Filet z dorsza pieczony 100 g (***RYB,***) Sos szpinakowy 50 g (***GLU, Lak,***) Ryż biały 150 g Surówka z białej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem 350 ml (***GLU, Lak, S,***) Filet z dorsza pieczony 100 g (***RYB,***) Sos szpinakowy 50 g (***GLU, Lak,***) Ryż biały 150 g Sos grecki 150 g (***GLU, S,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem 350 ml (***GLU, Lak, S,***) Filet z dorsza pieczony 100 g (***RYB,***) Sos szpinakowy 50 g (***GLU, Lak,***) Ziemniaki z koprem 150 g Surówka z białej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa dyniowa krem b/ śmietany 350 ml (***GLU, S,***) Filet z dorsza pieczony 100 g (***RYB,***) Sos szpinakowy b/ml 50 g (***GLU,***) Ryż biały 150 g Sos grecki dieta 150 g (***GLU, S,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem 350 ml (***GLU, Lak, S,***) Filet z dorsza 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 dyniowa krem b/ śmietany 350 ml (***GLU, S,***) Filet z dorsza pieczony 100 g (***RYB,***) Sos szpinakowy b/ml 50 g (***GLU,***) Ryż biały 150 g Sos grecki 150 g (***GLU, S,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem b/ śmietany 350 ml (***GLU, S,***) Filet z dorsza pieczony 100 g (***RYB,***) Ryż biały 150 g Sos grecki dieta 150 g (***GLU, S,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem b/ śmietany 350 ml (***GLU, S,***) Filet z dorsza pieczony 100 g (***RYB,***) Sos szpinakowy 50 g (***GLU, Lak,***) Ryż biały 150 g Surówka z białej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Marchew sur.plastry 50 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 20 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 20 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,***) Sałatka brokuł.-kalafior. z jajkiem i sosem jog. 1,5 [Por] x 100 g (***GLU, JAJ, Lak,***) Sałata strzępiasta 20 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 20 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 20 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 Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Pasta jajeczna bez mleka 50 g (***GLU, JAJ, Lak,***) Sałata strzępiasta 20 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 Sałatka brokuł.-kalafior. z jajkiem i sosem jog. 2 [Por] x 100 g (***GLU, JAJ, Lak,***) Sałata strzępiasta 20 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,***) Twaróg chudy 30 g (***może zawierać: Lak,***)					
		Wart. en.: 2407.13 kcal; Białko: 100.64 g; Tłuszcz: 84.21 g; Kw. tł. nasyc. o.: 29.03 g; Cholesterol: 208.60 mg; Węglowodany: 328.70 g; suma cukrów p.: 86.56 g; Sól: 4.94 g; Błonnik: 33.23 g;	Wart. en.: 2409.91 kcal; Białko: 102.46 g; Tłuszcz: 79.41 g; Kw. tł. nasyc. o.: 29.23 g; Cholesterol: 208.15 mg; Węglowodany: 337.13 g; suma cukrów p.: 84.47 g; Sól: 5.65 g; Błonnik: 31.07 g;	Wart. en.: 2189.97 kcal; Białko: 107.62 g; Tłuszcz: 80.45 g; Kw. tł. nasyc. o.: 27.82 g; Cholesterol: 193.20 mg; Węglowodany: 283.88 g; suma cukrów p.: 64.86 g; Sól: 4.65 g; Błonnik: 47.80 g;	Wart. en.: 2210.70 kcal; Białko: 108.48 g; Tłuszcz: 63.05 g; Kw. tł. nasyc. o.: 21.50 g; Cholesterol: 505.68 mg; Węglowodany: 317.19 g; suma cukrów p.: 67.65 g; Sól: 6.01 g; Błonnik: 29.46 g;	Wart. en.: 2484.45 kcal; Białko: 155.13 g; Tłuszcz: 100.50 g; Kw. tł. nasyc. o.: 39.05 g; Cholesterol: 938.61 mg; Węglowodany: 253.89 g; suma cukrów p.: 59.38 g; Sól: 5.42 g; Błonnik: 26.71 g;	Wart. en.: 2064.87 kcal; Białko: 84.17 g; Tłuszcz: 56.67 g; Kw. tł. nasyc. o.: 14.90 g; Cholesterol: 291.15 mg; Węglowodany: 319.54 g; suma cukrów p.: 74.12 g; Sól: 4.94 g; Błonnik: 28.78 g;	Wart. en.: 2168.39 kcal; Białko: 101.36 g; Tłuszcz: 61.56 g; Kw. tł. nasyc. o.: 18.68 g; Cholesterol: 496.30 mg; Węglowodany: 316.85 g; suma cukrów p.: 43.67 g; Sól: 5.26 g; Błonnik: 28.55 g;	Wart. en.: 2360.55 kcal; Białko: 94.66 g; Tłuszcz: 76.15 g; Kw. tł. nasyc. o.: 21.85 g; Cholesterol: 221.68 mg; Węglowodany: 340.27 g; suma cukrów p.: 86.10 g; Sól: 5.31 g; Błonnik: 32.00 g;

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
11.07.2026 sobota	Śniadanie	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,***) Chleb razowy 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g (***Sj,***) Serek fromage 50 g (***Lak,***) Pomidor 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,***) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g (***Sj,***) Serek fromage 50 g (***Lak,***) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g (***Sj,***) Serek fromage 50 g (***Lak,***) Pomidor 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,***) 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 fromage 50 g (***Lak,***) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem b/glutenu 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,***) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem b/glutenu 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 warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (***S,***) Serek fromage 50 g (***Lak,***) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	Banan 1 sztuka 150 g		Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***)	Banan 1 sztuka 150 g	Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***)	Banan 1 sztuka 150 g		
	Obiad	Zupa koperkowa z ryżem b/ml 350 ml (***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 koperkowa z ryżem b/ml 350 ml (***S,***) Kotlet pożarski pieczony 100 g (***GLU, JAJ,***) Ziemniaki z koprem 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem b/ml 350 ml (***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 koperkowa z ryżem b/ml 350 ml (***S,***) Kotlet pożarski pieczony 100 g (***GLU, JAJ,***) Ziemniaki z koprem 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml				Zupa koperkowa z ryżem b/ml 350 ml (***S,***) Kotlet jajeczny 100 g (***GLU, JAJ,***) Ziemniaki z koprem 150 g Surówka z marchwi z chrzanem 200 g (***Lak, SO,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Fasolka szparagowa z masłem 0,5 [Por] x 150 g					
	Kolacja	Chleb razowy 25 g (***GLU,***) 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.: 2564.30 kcal; Białko: 121.12 g; Tłuszcz: 92.95 g; Kw. tł. nasyc. o.: 35.87 g; Cholesterol: 221.13 mg; Węglowodany: 308.71 g; suma cukrów p.: 68.20 g; Sól: 3.65 g; Błonnik: 26.77 g;	Wart. en.: 2598.32 kcal; Białko: 123.95 g; Tłuszcz: 87.49 g; Kw. tł. nasyc. o.: 36.35 g; Cholesterol: 220.43 mg; Węglowodany: 326.51 g; suma cukrów p.: 71.76 g; Sól: 3.42 g; Błonnik: 26.38 g;	Wart. en.: 2446.28 kcal; Białko: 127.00 g; Tłuszcz: 88.17 g; Kw. tł. nasyc. o.: 36.85 g; Cholesterol: 238.97 mg; Węglowodany: 292.46 g; suma cukrów p.: 33.24 g; Sól: 4.87 g; Błonnik: 43.34 g;	Wart. en.: 2240.46 kcal; Białko: 114.73 g; Tłuszcz: 71.79 g; Kw. tł. nasyc. o.: 26.36 g; Cholesterol: 190.85 mg; Węglowodany: 294.82 g; suma cukrów p.: 64.84 g; Sól: 5.17 g; Błonnik: 20.37 g;	Wart. en.: 2373.47 kcal; Białko: 133.05 g; Tłuszcz: 91.80 g; Kw. tł. nasyc. o.: 36.76 g; Cholesterol: 280.48 mg; Węglowodany: 263.45 g; suma cukrów p.: 32.52 g; Sól: 5.00 g; Błonnik: 17.87 g;	Wart. en.: 2342.51 kcal; Białko: 103.88 g; Tłuszcz: 79.14 g; Kw. tł. nasyc. o.: 22.95 g; Cholesterol: 229.02 mg; Węglowodany: 316.49 g; suma cukrów p.: 52.97 g; Sól: 4.76 g; Błonnik: 26.19 g;	Wart. en.: 2140.55 kcal; Białko: 94.02 g; Tłuszcz: 61.46 g; Kw. tł. nasyc. o.: 19.03 g; Cholesterol: 181.97 mg; Węglowodany: 316.99 g; suma cukrów p.: 57.90 g; Sól: 5.17 g; Błonnik: 29.27 g;	Wart. en.: 2495.22 kcal; Białko: 94.03 g; Tłuszcz: 101.65 g; Kw. tł. nasyc. o.: 30.53 g; Cholesterol: 603.96 mg; Węglowodany: 312.72 g; suma cukrów p.: 78.24 g; Sól: 3.77 g; Błonnik: 21.96 g;

Jadłospisy za okres od dnia 06.07.2026 do dnia 19.07.2026 KUCHNIA

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
12.07.2026 niedziela	Śniadanie	Zupa ml. Kasza jaglana 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 2 [Por] x 50 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 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,**) 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,**) Jajo gotowane 50 g (**JAJ,**) Rzodkiewka z koperkiem 2 [Por] x 50 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 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,**) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 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,**) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 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,**) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 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. Kasza jaglana 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	Jabłko 150 g		Ser biały, plaster 2 [Por] x 50 g (**Lak,**)	jabłko pieczone 100 g	Jabłko 150 g		jabłko pieczone 100 g	Jabłko 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,**) Surówka z czerwonej kapusty 200 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,**) Surówka z czerwonej kapusty 200 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,**) Pieczeń z szynki wieprzowej b/glutenu 100 g (**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			Jabłko 150 g					
	Kolacja	Chleb razowy 25 g (**GLU,**) Bułka pszenna 50 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,**) Pomidor bez skóry 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,**) 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.: 2227.10 kcal; Białko: 122.17 g; Tłuszcz: 78.71 g; Kw. tł. nasyc. o.: 26.32 g; Cholesterol: 332.85 mg; Węglowodany: 271.74 g; suma cukrów p.: 64.64 g; Sól: 3.51 g; Błonnik: 28.70 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.: 2289.53 kcal; Białko: 145.05 g; Tłuszcz: 79.06 g; Kw. tł. nasyc. o.: 27.41 g; Cholesterol: 342.66 mg; Węglowodany: 271.34 g; suma cukrów p.: 55.12 g; Sól: 4.38 g; Błonnik: 43.44 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.: 2196.57 kcal; Białko: 106.01 g; Tłuszcz: 65.61 g; Kw. tł. nasyc. o.: 23.38 g; Cholesterol: 500.74 mg; Węglowodany: 311.17 g; suma cukrów p.: 34.59 g; Sól: 4.25 g; Błonnik: 31.97 g;	Wart. en.: 2314.27 kcal; Białko: 94.10 g; Tłuszcz: 82.29 g; Kw. tł. nasyc. o.: 23.92 g; Cholesterol: 495.70 mg; Węglowodany: 311.12 g; suma cukrów p.: 78.24 g; Sól: 3.66 g; Błonnik: 25.01 g;

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
13.07.2026 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,***) Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Twarożek z zieleniną 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,***) Twarożek z zieleniną 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,***) Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Twarożek z zieleniną 100 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,***) Twarożek z zieleniną 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,***) Twarożek z zieleniną 2 [Por] x 50 g (***Lak,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	herbatniki 25 g (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ, ORZ,***)		Gruszka 200 g	herbatniki 25 g (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ, ORZ,***)	skyr naturalny 1 szt (***Lak,***)	wafle ryżowe 20 g		Gruszka 200 g
	Obiad	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (***Lak, S,***) Makaron (200g) w sosie bolońskim z zieleniną (200g) 400 g (***GLU, S, może zawierać: JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml (***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 z fasolki szparagowej 350 ml (***Lak, S,***) Makaron razowy (200g) w sosie bolońskim z zieleniną (200g) 400 g (***GLU, S, może zawierać: JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g (***SO,***) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml (***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 ziemniaczana z koperkiem 350 ml (***S,***) Pulpet wieprzowy 2 [Por] x 100 g (***GLU, JAJ,***) Sos koperkowy 50 g (***GLU, Lak, S,***) Ziemniaki z koprem 0,5 [Por] x 150 g Mini marchew pieczona z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml (***S,***) Makaron (200g) w sosie bolońskim z zieleniną (200g) 400 g (***GLU, S, może zawierać: JAJ,***) Mini marchew pieczona 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml (***S,***) Pulpet wieprzowy 100 g (***GLU, JAJ,***) Sos koperkowy 50 g (***GLU, Lak, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Mini marchew pieczona z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana na wyw. warzywnym 350 ml (***S,***) Makaron w sosie pomidorowym z soczewicą, dieta 400 g (***GLU, S,***) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g (***SO,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Kalafior gotowany z zieleniną 150 g					
	Kolacja	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb razowy 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony 50 g Sałatka z ciecierzycy i sałaty lodowej 150 g (***G, może zawierać: JAJ, Sj, Lak,***) 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 Schab pieczony 50 g Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (***S,***) Sałata lodowa z zieleniną 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 Schab pieczony 50 g Sałatka z ciecierzycy i sałaty lodowej 150 g (***G, może zawierać: JAJ, 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 Schab pieczony 50 g Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (***S,***) Sałata lodowa z zieleniną 35 g 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 Schab pieczony 2 [Por] x 50 g Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (***S,***) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (***Lak, 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 Schab pieczony 50 g Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (***S,***) Sałata lodowa z zieleniną 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 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 Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb razowy 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 100 g (***S,***) Sałatka z ciecierzycy i sałaty lodowej 1,5 [Por] x 150 g (***G, może zawierać: JAJ, Sj, Lak,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 150 g (***Lak,***)
	PN			Chleb razowy 25 g (***GLU,***) Kiełbasa krakowska 0,5 [Por] x 50 g (***Sj,***)					
		Wart. en.: 2344.92 kcal; Białko: 121.25 g; Tłuszcz: 88.79 g; Kw. tł. nasyc. o.: 26.28 g; Cholesterol: 198.08 mg; Węglowodany: 277.03 g; suma cukrów p.: 49.00 g; Sól: 4.87 g; Błonnik: 26.30 g;	Wart. en.: 2222.91 kcal; Białko: 116.69 g; Tłuszcz: 78.50 g; Kw. tł. nasyc. o.: 24.06 g; Cholesterol: 183.43 mg; Węglowodany: 269.85 g; suma cukrów p.: 42.73 g; Sól: 4.65 g; Błonnik: 18.89 g;	Wart. en.: 2401.13 kcal; Białko: 137.68 g; Tłuszcz: 87.74 g; Kw. tł. nasyc. o.: 25.62 g; Cholesterol: 179.53 mg; Węglowodany: 284.08 g; suma cukrów p.: 30.11 g; Sól: 5.86 g; Błonnik: 42.61 g;	Wart. en.: 2145.23 kcal; Białko: 116.31 g; Tłuszcz: 73.16 g; Kw. tł. nasyc. o.: 23.68 g; Cholesterol: 183.43 mg; Węglowodany: 262.27 g; suma cukrów p.: 35.17 g; Sól: 4.50 g; Błonnik: 18.07 g;	Wart. en.: 2491.06 kcal; Białko: 174.72 g; Tłuszcz: 96.65 g; Kw. tł. nasyc. o.: 31.49 g; Cholesterol: 327.04 mg; Węglowodany: 240.28 g; suma cukrów p.: 25.67 g; Sól: 6.14 g; Błonnik: 17.96 g;	Wart. en.: 2160.01 kcal; Białko: 105.63 g; Tłuszcz: 66.22 g; Kw. tł. nasyc. o.: 15.34 g; Cholesterol: 159.86 mg; Węglowodany: 293.34 g; suma cukrów p.: 24.45 g; Sól: 5.35 g; Błonnik: 22.26 g;	Wart. en.: 1985.34 kcal; Białko: 101.83 g; Tłuszcz: 57.93 g; Kw. tł. nasyc. o.: 19.50 g; Cholesterol: 198.68 mg; Węglowodany: 274.20 g; suma cukrów p.: 11.88 g; Sól: 6.08 g; Błonnik: 21.18 g;	Wart. en.: 2428.98 kcal; Białko: 92.66 g; Tłuszcz: 88.83 g; Kw. tł. nasyc. o.: 23.38 g; Cholesterol: 119.80 mg; Węglowodany: 333.95 g; suma cukrów p.: 49.49 g; Sól: 2.86 g; Błonnik: 34.99 g;

Jadłospisy za okres od dnia 06.07.2026 do dnia 19.07.2026 KUCHNIA

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
14.07.2026 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,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Pomidorki koktajlowe 50 g Sałata strzępiasta 15 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,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Pomidorki koktajlowe 50 g Sałata strzępiasta 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g (***GLU,***) Bułka grahamka 1 szt (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Pomidorki koktajlowe 50 g Sałata strzępiasta 15 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,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Pasta z białka jaja 0,5 [Por] x 100 g (***JAJ, Lak,***) Sałata strzępiasta 15 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,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Jajo gotowane 2 [Por] x 50 g (***JAJ,***) Pomidorki koktajlowe 50 g Sałata strzępiasta 15 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,***) Pomidorki koktajlowe 50 g Sałata strzępiasta 15 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,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) 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,***) Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata strzępiasta 15 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 Surówka z selera, marchewki i jabłka 200 g (***Lak, S,***) 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 Szpinak gotowany 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 Surówka z selera, marchewki i jabłka 200 g (***Lak, S,***) 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 Szpinak gotowany 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 Szpinak gotowany 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 Szpinak gotowany 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,***) Surówka z selera, marchewki i jabłka 200 g (***Lak, S,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Gruszka 200 g					
	Kolacja	Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Chleb razowy 50 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 Kiełbasa krakowska 50 g (***Sj,***) Pasta z dorsza z serem i ziołami 50 g (***RYB, Lak,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 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,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 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,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 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,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 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.: 2069.85 kcal; Białko: 113.48 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kw. tł. nasyc. o.: 24.27 g; Cholesterol: 364.32 mg; Węglowodany: 255.35 g; suma cukrów p.: 33.02 g; Sól: 3.69 g; Błonnik: 26.46 g;	Wart. en.: 2039.68 kcal; Białko: 124.04 g; Tłuszcz: 65.67 g; Kw. tł. nasyc. o.: 22.88 g; Cholesterol: 363.07 mg; Węglowodany: 245.42 g; suma cukrów p.: 22.36 g; Sól: 5.07 g; Błonnik: 15.57 g;	Wart. en.: 2150.18 kcal; Białko: 136.74 g; Tłuszcz: 65.13 g; Kw. tł. nasyc. o.: 24.39 g; Cholesterol: 390.30 mg; Węglowodany: 274.36 g; suma cukrów p.: 40.94 g; Sól: 7.04 g; Błonnik: 43.62 g;	Wart. en.: 2105.92 kcal; Białko: 115.74 g; Tłuszcz: 77.87 g; Kw. tł. nasyc. o.: 26.36 g; Cholesterol: 567.07 mg; Węglowodany: 242.19 g; suma cukrów p.: 21.62 g; Sól: 4.84 g; Błonnik: 14.54 g;	Wart. en.: 2332.21 kcal; Białko: 184.54 g; Tłuszcz: 82.57 g; Kw. tł. nasyc. o.: 27.99 g; Cholesterol: 656.46 mg; Węglowodany: 218.02 g; suma cukrów p.: 25.00 g; Sól: 6.06 g; Błonnik: 14.17 g;	Wart. en.: 2168.02 kcal; Białko: 124.63 g; Tłuszcz: 87.11 g; Kw. tł. nasyc. o.: 21.89 g; Cholesterol: 421.92 mg; Węglowodany: 230.83 g; suma cukrów p.: 9.86 g; Sól: 4.12 g; Błonnik: 19.11 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.: 2171.92 kcal; Białko: 103.08 g; Tłuszcz: 83.61 g; Kw. tł. nasyc. o.: 28.25 g; Cholesterol: 489.25 mg; Węglowodany: 265.11 g; suma cukrów p.: 37.90 g; Sól: 3.81 g; Błonnik: 29.07 g;

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
15.07.2026 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 100 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 100 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 z cukinii 350 ml (**GLU, Lak, S,**) Gołąbki galicyjskie 100 g (**JAJ,**) sos pieczarkowy 0,5 [Por] x 200 g (**GLU, Lak,**) Ziemniaki z koprem 150 g Mix sałat z zieleniną i olejem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z cukinii 350 ml (**GLU, Lak, S,**) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g (**GLU, JAJ,**) Ziemniaki z koprem 150 g Buraczki gotowane 150 g (**GLU,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z cukinii 350 ml (**GLU, Lak, S,**) Rumsztyk pieczony 150 g (**GLU, JAJ,**) sos pieczarkowy 0,5 [Por] x 200 g (**GLU, Lak,**) Kasza pęczak 150 g (**GLU,**) Mix sałat z zieleniną i olejem 150 g (**SO,**) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa z cukinii b/ śmietany 350 ml (**GLU, S,**) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g (**GLU, JAJ,**) Ziemniaki z koprem 150 g Buraczki gotowane 150 g (**GLU,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z cukinii 350 ml (**GLU, Lak, S,**) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 2 [Por] x 150 g (**GLU, JAJ,**) Ziemniaki z koprem 0,5 [Por] x 150 g Buraczki gotowane 150 g (**GLU,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z cukinii b/ śmietany 350 ml (**GLU, S,**) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g (**GLU, JAJ,**) Ziemniaki z koprem 150 g Buraczki gotowane 150 g (**GLU,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem b/ml 350 ml (**S,**) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g (**GLU, JAJ,**) Ziemniaki z koprem 150 g Jarzynka gotowana 150 g (**GLU, S,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z cukinii b/ śmietany 350 ml (**GLU, S,**) Kotlety ziemniaczane 2szt. 250 g (**GLU, JAJ,**) sos pieczarkowy 200 g (**GLU, Lak,**) Mix sałat z zieleniną i olejem 150 g (**SO,**) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Marchew sur.plastry 50 g					
	Kolacja	Chleb pszenno-żytni 30 g (**GLU, może zawierać: Se,**) Bułka pszenna 50 g (**GLU,**) Mix do smarowania 15 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g (**Sj, Lak,**) Ser żółty 35 g (**Lak,**) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g (**może zawierać: GLU, Sj, 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 Szynka wieprzowa gotowana 50 g (**Sj, Lak,**) Ser żółty 35 g (**Lak,**) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g (**może zawierać: GLU, Sj, Lak,**) 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 Polędwica drobiowa got. 50 g (**GLU,**) Pasta z pieczonej dyni, dieta 50 g 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,**) Mix do smarowania 15 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g (**Sj, Lak,**) Ser żółty 35 g (**Lak,**) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g (**może zawierać: GLU, Sj, 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 Szynka wieprzowa gotowana 50 g (**Sj, Lak,**) 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 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 wieprzowa gotowana 50 g (**Sj, Lak,**) Pasta z pieczonej dyni, dieta 50 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 Pasta z pieczonej dyni z sezamem 2 [Por] x 50 g (**Se, może zawierać: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak,**) Ser żółty 35 g (**Lak,**) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g (**może zawierać: GLU, Sj, 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,**) Polędwica drobiowa got. 0,5 [Por] x 50 g (**GLU,**)					
		Wart. en.: 2486.50 kcal; Białko: 97.50 g; Tłuszcz: 96.07 g; Kw. tł. nasyc. o.: 32.15 g; Cholesterol: 147.87 mg; Węglowodany: 323.05 g; suma cukrów p.: 92.92 g; Sól: 3.44 g; Błonnik: 30.70 g;	Wart. en.: 2434.81 kcal; Białko: 112.21 g; Tłuszcz: 83.79 g; Kw. tł. nasyc. o.: 30.61 g; Cholesterol: 164.32 mg; Węglowodany: 319.58 g; suma cukrów p.: 100.65 g; Sól: 3.84 g; Błonnik: 24.25 g;	Wart. en.: 2368.98 kcal; Białko: 123.97 g; Tłuszcz: 100.57 g; Kw. tł. nasyc. o.: 32.42 g; Cholesterol: 182.50 mg; Węglowodany: 264.23 g; suma cukrów p.: 40.98 g; Sól: 4.92 g; Błonnik: 43.32 g;	Wart. en.: 2256.52 kcal; Białko: 103.06 g; Tłuszcz: 66.48 g; Kw. tł. nasyc. o.: 21.85 g; Cholesterol: 157.25 mg; Węglowodany: 323.48 g; suma cukrów p.: 99.64 g; Sól: 4.19 g; Błonnik: 24.68 g;	Wart. en.: 2585.89 kcal; Białko: 164.13 g; Tłuszcz: 101.43 g; Kw. tł. nasyc. o.: 35.11 g; Cholesterol: 259.29 mg; Węglowodany: 263.11 g; suma cukrów p.: 63.79 g; Sól: 4.06 g; Błonnik: 19.29 g;	Wart. en.: 2310.30 kcal; Białko: 92.50 g; Tłuszcz: 76.46 g; Kw. tł. nasyc. o.: 19.35 g; Cholesterol: 148.44 mg; Węglowodany: 326.58 g; suma cukrów p.: 88.96 g; Sól: 3.90 g; Błonnik: 28.46 g;	Wart. en.: 2144.34 kcal; Białko: 90.58 g; Tłuszcz: 60.95 g; Kw. tł. nasyc. o.: 19.37 g; Cholesterol: 148.39 mg; Węglowodany: 321.77 g; suma cukrów p.: 65.95 g; Sól: 3.76 g; Błonnik: 27.43 g;	Wart. en.: 3101.62 kcal; Białko: 97.88 g; Tłuszcz: 123.28 g; Kw. tł. nasyc. o.: 34.73 g; Cholesterol: 121.76 mg; Węglowodany: 419.09 g; suma cukrów p.: 98.47 g; Sól: 3.25 g; Błonnik: 39.09 g;

Jadłospisy za okres od dnia 06.07.2026 do dnia 19.07.2026 KUCHNIA

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
16.07.2026 czwartek	Śniadanie	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (***Lak,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Chleb razowy 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Schab pieczony 50 g Serek topiony (2 szt.) 35 g (***Lak,***) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (***Lak,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Schab pieczony 50 g Serek topiony (2 szt.) 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,***) Schab pieczony 50 g Serek topiony (2 szt.) 35 g (***Lak,***) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (***Lak,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Schab pieczony 50 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 0,5 [Por] x 100 g (***S,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (***Lak,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Schab pieczony 2 [Por] x 50 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (***S,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml (***S,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 10 g Schab pieczony 50 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (***S,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml (***S,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Schab pieczony 50 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (***S,***) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (***Lak,***) Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Chleb razowy 50 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Serek topiony (3 szt.) 35 g (***Lak,***) Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Ogórek zielony 100 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 Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (***GLU, S, może zawierać: S, G, SO,***) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki z koprem 150 g Surówka z porem, jabłkiem i marchewką 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (***GLU, S, może zawierać: S, G, SO,***) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki z koprem 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (***GLU, S, może zawierać: S, G, SO,***) Pierogi z soczewicą i cebulką 400 g (***GLU,***) Surówka z porem, jabłkiem i marchewką 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (***GLU, S, może zawierać: S, G, SO,***) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki z koprem 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (***GLU, S, może zawierać: S, G, SO,***) Udko z kurczaka pieczone 2 [Por] x 150 g Ziemniaki z koprem 0,5 [Por] x 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (***GLU, S, może zawierać: S, G, SO,***) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki z koprem 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (***GLU, S, może zawierać: ORZ, Sj, G, Se,***) Pulpeciki drobiowe w sosie jarzynowym 100 g (***GLU, JAJ, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Marchew gotowana 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (***GLU, S, może zawierać: S, G, SO,***) Pierogi z soczewicą i cebulką 400 g (***GLU,***) Surówka z porem, jabłkiem i marchewką 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Wiśnie 100 g					
	Kolacja	Chleb pszenno-żytni 30 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka pszenna 50 g (***GLU,***) Mix do smarowania 15 g Twaróg 75 g (***Lak,***) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Jabłko 150 g 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,***) Twaróg 50 g (***Lak,***) Rzodkiewka z koperkiem 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 Twaróg 75 g (***Lak,***) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g jabłko pieczone 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,***) Twaróg 75 g (***Lak,***) 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,***) Pomidor bez skóry 100 g Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Jabłko 150 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 Polędwica drobiowa got. 2 [Por] x 50 g (***GLU,***) jabłko pieczone 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Bułka maślana 1 szt (***GLU, JAJ, może zawierać: Lak,***)	Chleb razowy 25 g (***GLU,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Mix do smarowania 15 g Twaróg 75 g (***Lak,***) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Jabłko 150 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Bułka maślana 1 szt (***GLU, JAJ, może zawierać: Lak,***)
	PN			Chleb razowy 25 g (***GLU,***) Polędwica drobiowa got. 25 g (***GLU,***)					
		Wart. en.: 2475.99 kcal; Białko: 116.02 g; Tłuszcz: 95.05 g; Kw. tł. nasyc. o.: 30.33 g; Cholesterol: 235.30 mg; Węglowodany: 304.12 g; suma cukrów p.: 62.96 g; Sól: 3.57 g; Błonnik: 28.88 g;	Wart. en.: 2421.06 kcal; Białko: 114.74 g; Tłuszcz: 93.87 g; Kw. tł. nasyc. o.: 31.48 g; Cholesterol: 234.90 mg; Węglowodany: 288.97 g; suma cukrów p.: 49.75 g; Sól: 3.10 g; Błonnik: 18.53 g;	Wart. en.: 2321.69 kcal; Białko: 119.16 g; Tłuszcz: 76.84 g; Kw. tł. nasyc. o.: 25.94 g; Cholesterol: 128.12 mg; Węglowodany: 312.55 g; suma cukrów p.: 37.65 g; Sól: 5.51 g; Błonnik: 45.62 g;	Wart. en.: 2277.83 kcal; Białko: 105.79 g; Tłuszcz: 72.92 g; Kw. tł. nasyc. o.: 23.64 g; Cholesterol: 198.30 mg; Węglowodany: 309.98 g; suma cukrów p.: 47.87 g; Sól: 3.88 g; Błonnik: 20.31 g;	Wart. en.: 2474.29 kcal; Białko: 149.24 g; Tłuszcz: 92.25 g; Kw. tł. nasyc. o.: 28.76 g; Cholesterol: 335.72 mg; Węglowodany: 270.67 g; suma cukrów p.: 28.65 g; Sól: 6.07 g; Błonnik: 16.87 g;	Wart. en.: 2164.74 kcal; Białko: 93.61 g; Tłuszcz: 63.91 g; Kw. tł. nasyc. o.: 16.75 g; Cholesterol: 189.00 mg; Węglowodany: 316.59 g; suma cukrów p.: 36.56 g; Sól: 4.91 g; Błonnik: 24.77 g;	Wart. en.: 2167.91 kcal; Białko: 99.81 g; Tłuszcz: 56.19 g; Kw. tł. nasyc. o.: 17.06 g; Cholesterol: 203.86 mg; Węglowodany: 330.05 g; suma cukrów p.: 32.52 g; Sól: 7.17 g; Błonnik: 27.87 g;	Wart. en.: 2563.01 kcal; Białko: 107.79 g; Tłuszcz: 85.75 g; Kw. tł. nasyc. o.: 31.74 g; Cholesterol: 244.83 mg; Węglowodany: 358.66 g; suma cukrów p.: 69.89 g; Sól: 3.35 g; Błonnik: 36.56 g;

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
17.07.2026 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,***) Ser żółty 35 g (***Lak,***) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g (***może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se,***) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml		Chleb razowy 100 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Ser żółty 35 g (***Lak,***) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g (***może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se,***) Pomidorki koktajlowe 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,***) Polędwica drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Twarożek z zieleniną 50 g (***Lak,***) Sałata liść 35 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 drobiowa got. 50 g (***GLU,***) Ser żółty 50 g (***Lak,***) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 300 ml (***GLU, S,***) 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 zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g (***może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se,***) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 300 ml (***GLU, S,***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU, może zawierać: Se,***) Bułka wrocławska 25 g (***GLU,***) Masło 82% 10 g (***Lak,***) Polędwica drobiowa got. 100 g (***GLU,***) 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,***) Ser żółty 35 g (***Lak,***) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g (***może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se,***) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	Banan 1 sztuka 150 g		Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (***Lak,***)	Banan 1 sztuka 150 g	Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (***Lak,***)	Banan 1 sztuka 150 g		
	Obiad	Zupa kalafiorowo-brokułowa 350 ml (***GLU, Lak, S,***) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem 350 g (***może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se,***) Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml		Zupa kalafiorowo-brokułowa 350 ml (***GLU, Lak, S,***) Pulpet rybny pieczony 100 g (***GLU, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy 50 g (***GLU, Lak, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Surówka z czerwonej kapusty 200 g (***SO,***) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa zacierkowa, dieta 350 ml (***GLU, S, może zawierać: JAJ,***) Ryż zapiekany z jabłkami 350 g (***może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se,***) Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa kalafiorowo-brokułowa 350 ml (***GLU, Lak, S,***) Pulpet rybny pieczony 2 [Por] x 100 g (***GLU, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy 50 g (***GLU, Lak, S,***) Ziemniaki z koperkiem 0,5 [Por] x 200 g Jarzynka gotowana 150 g (***GLU, S,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa zacierkowa, dieta 350 ml (***GLU, S, może zawierać: JAJ,***) Pulpet rybny pieczony 100 g (***GLU, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy 50 g (***GLU, Lak, S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Jarzynka gotowana 150 g (***GLU, S,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml		Zupa zacierkowa, dieta 350 ml (***GLU, S, może zawierać: JAJ,***) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem 350 g (***może zawierać: GLU, ORZ, Sj, Se,***) Jogurt naturalny 1 szt (***Lak,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Arbuz 300 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 tuńczyka z twarogiem i jajkiem 50 g (***GLU, JAJ, RYB, Lak,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 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,***) Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Papryka świeża paski 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 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 szynka wieprz. gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) Pasta z białka jaja 50 g (***JAJ, Lak,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 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 Kiełbasa krakowska 50 g (***Sj,***) Jajo gotowane 2 [Por] x 50 g (***JAJ,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 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,***) Mix do smarowania 15 g Kiełbasa krakowska 50 g (***Sj,***) Jajo gotowane 2 [Por] x 50 g (***JAJ,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 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 szynka wieprz. gotowana 50 g (***Sj, Lak,***) 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 Jajo gotowane 50 g (***JAJ,***) Pasta z tuńczyka z twarogiem i jajkiem 50 g (***GLU, JAJ, RYB, Lak,***) Papryka świeża paski 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 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,***) szynka wieprz. gotowana 0,5 [Por] x 50 g (***Sj, Lak,***)					
		Wart. en.: 2447.29 kcal; Białko: 88.96 g; Tłuszcz: 74.41 g; Kw. tł. nasyc. o.: 30.84 g; Cholesterol: 125.90 mg; Węglowodany: 369.86 g; suma cukrów p.: 124.66 g; Sól: 3.43 g; Błonnik: 26.73 g;		Wart. en.: 2307.50 kcal; Białko: 109.89 g; Tłuszcz: 85.16 g; Kw. tł. nasyc. o.: 32.90 g; Cholesterol: 310.57 mg; Węglowodany: 298.48 g; suma cukrów p.: 59.77 g; Sól: 4.35 g; Błonnik: 43.16 g;	Wart. en.: 2367.53 kcal; Białko: 95.33 g; Tłuszcz: 61.00 g; Kw. tł. nasyc. o.: 24.23 g; Cholesterol: 475.88 mg; Węglowodany: 369.77 g; suma cukrów p.: 112.40 g; Sól: 5.82 g; Błonnik: 22.19 g;	Wart. en.: 2460.56 kcal; Białko: 151.43 g; Tłuszcz: 87.95 g; Kw. tł. nasyc. o.: 39.15 g; Cholesterol: 602.26 mg; Węglowodany: 281.87 g; suma cukrów p.: 50.71 g; Sól: 5.95 g; Błonnik: 29.94 g;	Wart. en.: 2065.93 kcal; Białko: 101.34 g; Tłuszcz: 65.31 g; Kw. tł. nasyc. o.: 20.14 g; Cholesterol: 505.82 mg; Węglowodany: 282.83 g; suma cukrów p.: 28.12 g; Sól: 4.99 g; Błonnik: 29.11 g;	Wart. en.: 2028.33 kcal; Białko: 104.67 g; Tłuszcz: 50.55 g; Kw. tł. nasyc. o.: 19.81 g; Cholesterol: 557.90 mg; Węglowodany: 301.79 g; suma cukrów p.: 63.78 g; Sól: 7.08 g; Błonnik: 27.00 g;	Wart. en.: 2440.39 kcal; Białko: 81.84 g; Tłuszcz: 70.47 g; Kw. tł. nasyc. o.: 28.24 g; Cholesterol: 294.70 mg; Węglowodany: 383.21 g; suma cukrów p.: 124.83 g; Sól: 3.74 g; Błonnik: 26.70 g;

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
18.07.2026 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 hummus z suszonymi pomidorami i zieleniną 50 g Mix sałat z ogórkiem i zieleniną 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,***) Twarożek z ziarnami 50 g (***Lak, może zawierać: GLU, Sj, 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,***) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleniną 50 g Mix sałat z ogórkiem i zieleniną 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,***) Twarożek z ziarnami 50 g (***Lak, może zawierać: GLU, Sj, 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,***) Twarożek z ziarnami 100 g (***Lak, może zawierać: GLU, Sj, Lak,***) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 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,***) Schab pieczony 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 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,***) Schab pieczony 50 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,***) Mix do smarowania 15 g Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleniną 100 g Twarożek z ziarnami 50 g (***Lak, może zawierać: GLU, Sj, Lak,***) Mix sałat z ogórkiem i zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	herbatniki 25 g (***GLU, Lak, może zawierać: JAJ, ORZ,***)		Twarożek z ziarnami 75 g (***Lak, może zawierać: GLU, Sj, 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 szpinakowa zabielana 350 ml (***GLU, Lak, S,***) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (***GLU, S,***) Kasza jęczmienna 150 g (***GLU,***) Surówka Colesław 200 g (***Lak, G, SO, może zawierać: JAJ, Sj, Lak,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa szpinakowa zabielana 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 szpinakowa zabielana 350 ml (***GLU, Lak, S,***) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (***GLU, S,***) Kasza jęczmienna 150 g (***GLU,***) Surówka Colesław 200 g (***Lak, G, SO, może zawierać: JAJ, Sj, Lak,***) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa szpinakowa niezabielana 350 ml (***GLU, S,***) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (***GLU, S,***) Kasza jęczmienna 150 g (***GLU,***) Buraczki gotowane 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa szpinakowa zabielana 350 ml (***GLU, Lak, S,***) Gulasz wieprzowy, dieta 1,5 [Por] x 150 g (***GLU, S,***) Kasza jęczmienna 150 g (***GLU,***) Buraczki gotowane 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa szpinakowa niezabielana 350 ml (***GLU, S,***) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (***GLU, S,***) Kasza jęczmienna 150 g (***GLU,***) Buraczki gotowane 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml (***S,***) Mięso wieprz. z warzywami b/glut. b/soli 150 g (***S,***) Ziemniaki z koprem 150 g Dynia pieczona 150 g (***GLU,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa szpinakowa niezabielana 350 ml (***GLU, S,***) Papryka faszerowana wege 1 Por (***GLU, Lak, S,***) Surówka Colesław 200 g (***Lak, G, SO, może zawierać: JAJ, Sj, Lak,***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Pomidorki koktajlowe 100 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,***) Papryka świeża paski 50 g Sałata lodowa z zieleniną 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 pieczony drobiowy 100 g (***GLU, JAJ, S,***) Sałata lodowa z zieleniną 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 pieczony drobiowy 100 g (***GLU, JAJ, S,***) Papryka świeża paski 50 g Sałata lodowa z zieleniną 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,***) Sałata lodowa z zieleniną 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 pieczony drobiowy 100 g (***GLU, JAJ, S,***) Sałata lodowa z zieleniną 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 pieczony drobiowy 100 g (***GLU, JAJ, S,***) Sałata lodowa z zieleniną 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 Miód wielokwiatowy 25 g (***może zawierać: GLU, ORZ, 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.: 2393.28 kcal; Białko: 123.54 g; Tłuszcz: 96.80 g; Kw. tł. nasyc. o.: 34.54 g; Cholesterol: 266.20 mg; Węglowodany: 269.78 g; suma cukrów p.: 44.75 g; Sól: 4.29 g; Błonnik: 23.98 g;	Wart. en.: 2383.37 kcal; Białko: 131.24 g; Tłuszcz: 94.84 g; Kw. tł. nasyc. o.: 35.36 g; Cholesterol: 258.17 mg; Węglowodany: 261.11 g; suma cukrów p.: 49.01 g; Sól: 4.26 g; Błonnik: 20.63 g;	Wart. en.: 2428.33 kcal; Białko: 136.25 g; Tłuszcz: 100.52 g; Kw. tł. nasyc. o.: 35.60 g; Cholesterol: 267.99 mg; Węglowodany: 262.04 g; suma cukrów p.: 47.65 g; Sól: 5.21 g; Błonnik: 39.25 g;	Wart. en.: 2195.78 kcal; Białko: 123.87 g; Tłuszcz: 79.28 g; Kw. tł. nasyc. o.: 27.63 g; Cholesterol: 203.65 mg; Węglowodany: 256.45 g; suma cukrów p.: 48.19 g; Sól: 5.37 g; Błonnik: 20.28 g;	Wart. en.: 2639.11 kcal; Białko: 170.48 g; Tłuszcz: 106.40 g; Kw. tł. nasyc. o.: 40.84 g; Cholesterol: 329.87 mg; Węglowodany: 259.87 g; suma cukrów p.: 43.56 g; Sól: 5.11 g; Błonnik: 21.87 g;	Wart. en.: 2274.02 kcal; Białko: 117.31 g; Tłuszcz: 85.56 g; Kw. tł. nasyc. o.: 25.21 g; Cholesterol: 411.32 mg; Węglowodany: 270.14 g; suma cukrów p.: 27.26 g; Sól: 4.90 g; Błonnik: 24.85 g;	Wart. en.: 2200.95 kcal; Białko: 109.26 g; Tłuszcz: 70.18 g; Kw. tł. nasyc. o.: 22.63 g; Cholesterol: 374.89 mg; Węglowodany: 295.38 g; suma cukrów p.: 27.59 g; Sól: 5.04 g; Błonnik: 25.87 g;	Wart. en.: 2432.48 kcal; Białko: 102.63 g; Tłuszcz: 85.17 g; Kw. tł. nasyc. o.: 28.07 g; Cholesterol: 96.83 mg; Węglowodany: 322.54 g; suma cukrów p.: 51.59 g; Sól: 4.04 g; Błonnik: 29.13 g;

		Podstawowa D01	Łatwostrawna D02	Z ogr. łat. przys. węgl. D03	Łatwostrawna z ogr.tł. D05	Bogatobiałkowa D07	BEZMLECZNA	Dieta biegunkowa	WEGETARIAŃSKA
19.07.2026 niedziela	Śniadanie	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 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. 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.***) 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. 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.***) 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 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.***) Jajo gotowane 2 [Por] x 50 g (***JAJ.***) 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 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 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 wieprzowa 50 g (***Sj.***) Jajo gotowane na miękko 2 [Por] x 50 g (***JAJ.***) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 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	Jabłko 150 g		Ser biały, plaster 2 [Por] x 50 g (***Lak.***)	jabłko pieczone 100 g	Jabłko 150 g		jabłko pieczone 100 g	Jabłko 150 g
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (***GLU, Lak, S.***) Schab pieczony w sosie własnym 100 g (***GLU.***) Ziemniaki z koprem 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (***GLU, Lak, S.***) Schab pieczony w sosie własnym 100 g (***GLU.***) Ziemniaki z koprem 150 g Dynia pieczona 150 g (***GLU.***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (***GLU, Lak, S.***) Schab pieczony w sosie własnym 100 g (***GLU.***) Ziemniaki z koprem 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa rosołkowa 350 ml (***GLU, S.***) Schab pieczony w sosie koperkowym 100 g (***GLU.***) Ziemniaki z koprem 150 g Dynia pieczona 150 g (***GLU.***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (***GLU, Lak, S.***) Schab pieczony w sosie własnym 2 [Por] x 100 g (***GLU.***) Ziemniaki z koprem 0,5 [Por] x 150 g Dynia pieczona 150 g (***GLU.***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa rosołkowa 350 ml (***GLU, S.***) Schab pieczony w sosie własnym 100 g (***GLU.***) Ziemniaki z koprem 150 g Dynia pieczona 150 g (***GLU.***) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana 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 rosołkowa 350 ml (***GLU, S.***) 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			Gruszka 200 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 dorsza z ryżem i warzywami 0,5 [Por] x 100 g (***RYB, S.***) Ogórek małosolny 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 Kiełbasa krakowska 50 g (***Sj.***) Pasta z dorsza z ryżem i warzywami, dieta 0,5 [Por] x 100 g (***RYB, S.***) Pomidor 100 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 ryżem i warzywami 0,5 [Por] x 100 g (***RYB, S.***) Ogórek małosolny 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 szynka wieprz. gotowana 50 g (***Sj, Lak.***) Pasta z dorsza z ryżem i warzywami, dieta 0,5 [Por] x 100 g (***RYB, S.***) 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.***) Kiełbasa krakowska 50 g (***Sj.***) Pasta z dorsza z ryżem i warzywami, dieta 0,5 [Por] x 100 g (***RYB, S.***) Pomidor 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 szynka wieprz. gotowana 50 g (***Sj, Lak.***) Pasta z dorsza z ryżem i warzywami, dieta 0,5 [Por] x 100 g (***RYB, 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 dorsza z ryżem i warzywami, dieta 0,5 [Por] x 100 g (***RYB, 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 Pasta z dorsza z ryżem i warzywami, dieta 0,5 [Por] x 100 g (***RYB, S.***) Ogórek małosolny 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (***Lak.***)
	PN			Chleb razowy 25 g (***GLU.***) Polędwica wieprzowa 50 g (***Sj.***)					
		Wart. en.: 2230.64 kcal; Białko: 123.72 g; Tłuszcz: 73.18 g; Kw. tł. nasyc. o.: 25.49 g; Cholesterol: 323.27 mg; Węglowodany: 282.78 g; suma cukrów p.: 47.31 g; Sól: 3.62 g; Błonnik: 29.59 g;	Wart. en.: 2083.17 kcal; Białko: 120.39 g; Tłuszcz: 68.52 g; Kw. tł. nasyc. o.: 25.03 g; Cholesterol: 303.54 mg; Węglowodany: 258.15 g; suma cukrów p.: 48.49 g; Sól: 3.27 g; Błonnik: 22.13 g;	Wart. en.: 2107.56 kcal; Białko: 134.23 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasyc. o.: 24.10 g; Cholesterol: 293.98 mg; Węglowodany: 252.02 g; suma cukrów p.: 50.28 g; Sól: 4.16 g; Błonnik: 39.66 g;	Wart. en.: 2240.11 kcal; Białko: 109.24 g; Tłuszcz: 68.44 g; Kw. tł. nasyc. o.: 22.97 g; Cholesterol: 481.52 mg; Węglowodany: 306.78 g; suma cukrów p.: 82.92 g; Sól: 4.11 g; Błonnik: 19.42 g;	Wart. en.: 2354.96 kcal; Białko: 162.31 g; Tłuszcz: 73.40 g; Kw. tł. nasyc. o.: 25.19 g; Cholesterol: 549.01 mg; Węglowodany: 270.59 g; suma cukrów p.: 88.56 g; Sól: 4.15 g; Błonnik: 16.51 g;	Wart. en.: 2258.63 kcal; Białko: 103.01 g; Tłuszcz: 68.85 g; Kw. tł. nasyc. o.: 19.47 g; Cholesterol: 461.77 mg; Węglowodany: 318.37 g; suma cukrów p.: 63.34 g; Sól: 4.23 g; Błonnik: 22.42 g;	Wart. en.: 2246.47 kcal; Białko: 86.50 g; Tłuszcz: 67.76 g; Kw. tł. nasyc. o.: 22.92 g; Cholesterol: 484.84 mg; Węglowodany: 337.13 g; suma cukrów p.: 66.66 g; Sól: 3.84 g; Błonnik: 27.36 g;	Wart. en.: 2423.90 kcal; Białko: 87.57 g; Tłuszcz: 79.09 g; Kw. tł. nasyc. o.: 24.14 g; Cholesterol: 486.70 mg; Węglowodany: 351.30 g; suma cukrów p.: 121.06 g; Sól: 3.73 g; Błonnik: 22.32 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,