02.02.2026	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartości
Dieta podstawowa	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) polędwica sopocka 50g (1-pszenica,6,7) pomidor 50 g, herbata		Zupa ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g kiełbasa w kapuście 250g (9,10), herbata	Deser mleczny 1 szt (7)	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka śledziowa 100 g (3,4,10) szynka z indyka 30 g (1-pszenica,6,7) roszponka 20 g, herbata	Wartość energetyczna: 2076 kcal Białko ogółem: 92.78 g Tłuszcz: 75.96 g Węglowodany ogółem: 277.12 g
Dieta łatwostrawna	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) polędwica sopocka 50g (1-pszenica,6,7) pomidor 50 g, herbata		Zupa ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Sztuka fileta w sosie 150g (1-pszenica,7,9) sałata ze śmietaną 50g (7), herbata	Deser mleczny 1 szt (7)	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) sałatka jarzynowa 100 g (3,9,10) szynka z indyka 30 g (1-pszenica,6,7) roszponka 20 g, herbata	Wartość energetyczna: 2127 kcal Białko ogółem: 99.29 g Tłuszcz: 66.71 g Węglowodany ogółem: 307.03 g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) polędwica sopocka 50g (1-pszenica,6,7) pomidor 50 g, herbata		Zupa ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Sztuka fileta b/sosu 90g (9) sałata z olejem 50g, herbata	Deser mleczny 1 szt (7)	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) sałatka jarzynowa z olejem 100 g(3,9) szynka z indyka 30 g (1-pszenica,6,7) roszponka 20 g, herbata	Wartość energetyczna: 2047 kcal Białko ogółem: 97.07 g Tłuszcz: 63.31 g Węglowodany ogółem: 296.33 g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) polędwica sopocka 80g (1-pszenica,6,7) pomidor 50 g jajko 1szt (3), herbata	Jogurt naturalny 1szt (7)	Zupa ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Sztuka fileta w sosie 150g (1-żyto,7,9), sałata ze śmietaną 50g (7), herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) sałatka jarzynowa 100 g (3,9,10) szynka z indyka 50 g (1-pszenica,6,7) roszponka 20 g, herbata	Wartość energetyczna: 1912 kcal Białko ogółem: 94.42 g Tłuszcz: 70.85 g Węglowodany ogółem: 242.02 g
Dieta bogatobiałkowa	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) polędwica sopocka 50g (1-pszenica,6,7) pomidor 50 g, herbata	Deser mleczny 1 szt (7)	Zupa ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Sztuka fileta w sosie 150g (1-pszenica,7,9) sałata ze śmietaną 50g (7) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa10g (7) jajko 1szt (3)	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka jarzynowa 100 g (3,9,10) szynka z indyka 30 g (1-pszenica,6,7) roszponka 20 g, herbata	Wartość energetyczna: 2240 kcal Białko ogółem: 105.67 g Tłuszcz: 77.80 g Węglowodany ogółem: 301.13 g

03.02.2026	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartości
Dieta podstawowa	Ryż na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) krakowska wędzona 50 g (1-pszenica,6) ogórek 50 g, herbata		Krupnik 250ml (1-jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g fasolka po bretońsku 200g(1-pszenica,6,7,9,10), herbata	Mandarynka 1 szt	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75 g (7) papryka 50 g, herbata	Wartość energetyczna: 2197 kcal Białko ogółem: 91.58 g Tłuszcz: 68.67 g Węglowodany ogółem: 322.42 g
Dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) krakowska wędzona 50 g (1-pszenica,6) ogórek 50 g, herbata		Krupnik 250ml (1-jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 150g (1-pszenica,3,7,9), surówka z selera 150 g (3,7,9,10), herbata	Mandarynka 1 szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75 g (7) papryka 50 g, herbata	Wartość energetyczna: 2270 kcal Białko ogółem: 94.94 g Tłuszcz: 80.80 g Węglowodany ogółem: 313.44 g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) krakowska wędzona 50 g (1-pszenica,6) ogórek 50 g, herbata		Krupnik 250ml (1-jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet wieprzowy b/s 90g (1-pszenica,3,9), surówka z selera z olejem 150 g (9), herbata	Mandarynka 1 szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) twaróg z koperkiem 75 g (7) papryka 50 g, herbata	Wartość energetyczna: 2103 kcal Białko ogółem: 94.49 g Tłuszcz: 62.54 g Węglowodany ogółem: 313.14 g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) krakowska wędzona 80 g (1-pszenica,6) ogórek 50 g, herbata	Mandarynka 1szt	Krupnik 250ml (1-jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 150g (1-pszenica,żyto,3,7,9) surówka z selera 150 g (3,7,9,10) herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75 g (7) papryka 50 g, herbata	Wartość energetyczna: 1883 kcal Białko ogółem: 79.58 g Tłuszcz: 69.21 g Węglowodany ogółem: 254.05 g
Dieta bogatobiałkowa	Ryż na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) krakowska wędzona 50 g (1-pszenica,6) ogórek 50 g, herbata	Mandarynka 1 szt	Krupnik 250ml (1-jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 150g (1-pszenica,3,7,9) surówka z selera 150 g (3,7,9,10) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) szynka konserwowa 50 g (6,7)	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75 g (7) papryka 50 g, herbata	Wartość energetyczna: 2375 kcal Białko ogółem: 103.87 g Tłuszcz: 88.09 g Węglowodany ogółem: 312.39 g

04.02.2026	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartości
Dieta podstawowa	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) jajko 1szt (3) rzodkiewka 50 g, herbata		Zupa brokułowa 250ml (7,9) ryż brązowy gotowany 200g Potrawka z fileta drobiowego 150g (1-pszenica,7,9) surówka z kapusty czerwonej 150g herbata	Banan 1szt	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50 g(1-pszenica,6,7) pomidor 50 g, herbata	Wartość energetyczna: 2318 kcal Białko ogółem: 91.59 g Tłuszcz: 74.39 g Węglowodany ogółem: 344.75 g
Dieta łatwostrawna	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7), jajko 1szt (3), rzodkiewka 50 g, herbata		Zupa brokułowa 250ml (7,9) ryż gotowany 200g Potrawka z fileta drobiowego 150g (1-pszenica,7,9), surówka z marchewki 150g, herbata	Banan 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50 g(1-pszenica,6,7) pomidor 50 g, herbata	Wartość energetyczna: 2289 kcal Białko ogółem: 88.84 g Tłuszcz: 72.56 g Węglowodany ogółem 344.61 g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj 75g (3) rzodkiewka 50 g, herbata		Zupa brokułowa 250ml (7,9) ryż gotowany 200g Potrawka z fileta drobiowego 150 g (1-pszenica,7,9) surówka z marchewki 150g herbata	Banan 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasztet z kurczaka 50 g(1-pszenica,6,7) pomidor 50 g, herbata	Wartość energetyczna: 2277 kcal Białko ogółem: 91.27 g Tłuszcz: 65.37 g Węglowodany ogółem: 355.69 g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) jajko 2szt (3) rzodkiewka 50 g, herbata	Kisiel 200g	Zupa brokułowa 250ml (7,9) ryż brązowy gotowany 200g Potrawka z fileta drobiowego 150g (1-żyto,7,9), surówka z kapusty czerwonej 150g herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 80 g(1-pszenica,6,7) pomidor 50 g, herbata	Wartość energetyczna: 1944 kcal Białko ogółem: 80.44 g Tłuszcz: 69.85 g Węglowodany ogółem: 273.02 g
Dieta bogatobiałkowa	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7), jajko 1szt (3), rzodkiewka 50 g, herbata	Banan 1szt	Zupa brokułowa 250ml (7,9) ryż gotowany 200g Potrawka z fileta drobiowego 150 g (1-pszenica,7,9), surówka z marchewki 150g, herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) ser żółty 50g (7)	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50 g(1-pszenica,6,7) pomidor 50 g, herbata	Wartość energetyczna: 2506 kcal Białko ogółem: 103.23 g Tłuszcz: 86.97 g Węglowodany ogółem: 350.07 g

05.02.2026	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartości
Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka z indyka 50g (1-pszenica,6,7) ogórek kiszony 50g, herbata		Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Kotlet schabowy 100g (1-pszenica,3) buraczki 150g, Herbata	Jabłko 1szt	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) papryka 50g, herbata	Wartość energetyczna: 2175 kcal Białko ogółem: 94.91 g Tłuszcz: 82.38 g Węglowodany ogółem: 286.82 g
Dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) szynka z indyka 50g (1-pszenica,6,7) ogórek kiszony 50g, herbata		Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Schab gotowany w sosie 150g (1-pszenica,7,9) Ziemniaki gotowane 200g buraczki 150g, herbata	Jabłko 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) papryka 50g, herbata	Wartość energetyczna: 2123 kcal Białko ogółem: 94.23 g Tłuszcz: 77.25 g Węglowodany ogółem: 288.89 g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka z indyka 50g (1-pszenica,6,7) ogórek kiszony 50g, herbata		Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Schab gotowany b/s 90g (9) Ziemniaki gotowane 200g buraczki 150g, herbata	Jabłko 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) papryka 50g, herbata	Wartość energetyczna: 2012 kcal Białko ogółem: 90.93 g Tłuszcz: 63.60 g Węglowodany ogółem: 293.64 g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka z indyka 80g (1-pszenica,6,7) ogórek kiszony 50g, herbata	Jabłko 1szt	Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Schab gotowany w sosie 150g (1-żyto,7,9) Ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty kiszonej 150g herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) papryka 50g, herbata	Wartość energetyczna: 1819 kcal Białko ogółem: 74.64 g Tłuszcz: 73.41 g Węglowodany ogółem: 233.87 g
Dieta bogatobiałkowa	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka z indyka 50g (1-pszenica,6,7) ogórek kiszony 50g, herbata	Jabłko 1szt	Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Schab gotowany w sosie 150g (1-pszenica,7,9) Ziemniaki gotowane 200g buraczki 150g, herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) sałatka grecka 100g	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) papryka 50g, herbata	Wartość energetyczna: 2252 kcal Białko ogółem: 96.51 g Tłuszcz: 88.77 g Węglowodany ogółem: 291.15 g

06.02.2026	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartości
Dieta podstawowa	Płatki żytnie na mleku 310ml (1-żyto,7) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) pomidor 50g roszponka 20g, herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron z sosem szpinakowomięsnym 250g (1-pszenica,3,7), herbata	Kefir 1szt (7)	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta rybna z fileta śledziowego 40g (1-pszenica,3;4) krakowska wędzona 50g (1-pszenica,6) ogórek 50g, herbata	Wartość energetyczna: 2180 kcal Białko ogółem: 97.92 g Tłuszcz: 75.39 g Węglowodany ogółem: 297.62 g
Dieta łatwostrawna	Płatki żytnie na mleku 310ml (1-żyto,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) pomidor 50g roszponka 20g, herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron z sosem szpinakowomięsnym 250g (1-pszenica,3,7), herbata	Kefir 1szt (7)	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) krakowska wędzona 50g (1-pszenica,6) ogórek 50g, herbata	Wartość energetyczna: 2115 kcal Białko ogółem: 93.02 g Tłuszcz: 70.21 g Węglowodany ogółem 301.00 g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki żytnie na mleku 310ml (1-żyto,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) pomidor 50g roszponka 20g, herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron z sosem szpinakowomięsnym 250g (1-pszenica,3,7), herbata	Kefir 1szt (7)	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) krakowska wędzona 50g (1-pszenica,6) ogórek 50g, herbata	Wartość energetyczna: 2047 kcal Białko ogółem: 93.02 g Tłuszcz: 62.65 g Węglowodany ogółem: 301.00 g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka gotowana 80g (1-pszenica,6,7) pomidor 50g roszponka 20g, herbata	Kefir 1szt (7)	Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron razowy z sosem szpinakowo-mięsnym 250g (1-żyto,7), herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) krakowska wędzona 80g (1-pszenica,6) ogórek 50g, herbata	Wartość energetyczna: 1996 kcal Białko ogółem: 90.66 g Tłuszcz: 72.42 g Węglowodany ogółem: 258.32 g
Dieta bogatobiałkowa	Płatki żytnie na mleku 310ml (1-żyto,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) pomidor 50g roszponka 20g, herbata	Kefir 1szt (7)	Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron z sosem szpinakowomięsnym 250g (1-pszenica,3,7), herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) jajko 1szt (3)	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) krakowska wędzona 50g (1-pszenica,6) ogórek 50g, herbata	Wartość energetyczna: 2228 kcal Białko ogółem: 99.40 g Tłuszcz: 81.30 g Węglowodany ogółem: 295.10 g

07.02.2026	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartości
Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) kiełbasa żywiecka 50 g (1-pszenica,6) rzodkiewka 50 g, herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) kasza jęczmienna 200g (1-jęczmień) Gulasz wieprzowy z ciecierzycą 200 g (1-pszenica,9) surówka z selera 150 g (3,7,9,10) herbata	Pomarańcza 1/2szt	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) papryka 50g, herbata	Wartość energetyczna: 2251 kcal Białko ogółem: 98.01 g Tłuszcz: 75.81 g Węglowodany ogółem: 314.23 g
Dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) kiełbasa żywiecka 50 g (1-pszenica,6) rzodkiewka 50 g, herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) kasza jęczmienna 200g (1-jęczmień) Gulasz wieprzowy 200 g (1-pszenica,9), surówka z selera 150 g (3,7,9,10), herbata	Pomarańcza 1/2szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) papryka 50g, herbata	Wartość energetyczna: 2224 kcal Białko ogółem: 93.29 g Tłuszcz: 78.91 g Węglowodany ogółem: 310.28 g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) kiełbasa żywiecka 50 g (1-pszenica,6) rzodkiewka 50 g, herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) kasza jęczmienna 200g (1-jęczmień) Gulasz wieprzowy 200 g (1-pszenica,9), surówka z selera z olejem 150 g (9), herbata	Pomarańcza 1/2szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wiejski 1szt (7) papryka 50g, herbata	Wartość energetyczna: 2089 kcal Białko ogółem: 93.30 g Tłuszcz: 63.75 g Węglowodany ogółem: 310.76 g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) kiełbasa żywiecka 50 g (1-pszenica,6) rzodkiewka 50 g, herbata	Mandarynka 1szt	Zupa ziemniaczana 250ml (9) kasza jęczmienna 200g (1-jęczmień) Gulasz wieprzowy z ciecierzycą 200 g (1-żyto,9) surówka z selera 150 g (3,7,9,10) herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna: 1886 kcal Białko ogółem: 77.86 g Tłuszcz: 68.70 g Węglowodany ogółem: 258.63 g
Dieta bogatobiałkowa	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) kiełbasa żywiecka 50 g (1-pszenica,6) rzodkiewka 50 g, herbata	Pomarańcza 1/2szt	Zupa ziemniaczana 250ml (9) kasza jęczmienna 200g (1-jęczmień) Gulasz wieprzowy 200 g (1-pszenica,9) surówka z selera 150 g (3,7,9,10) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) krakowska wędzona 50g (1-pszenica,6) pomidor 50g	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) papryka 50g, herbata	Wartość energetyczna: 2317 kcal Białko ogółem: 101.26 g Tłuszcz: 84.12 g Węglowodany ogółem 312.26 g

08.02.2026	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartości
Dieta podstawowa	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50g (1-pszenica,6,7) ogórek kiszony 50 g, herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g (9) surówka z kapusty pekińskiej 150g herbata	Mandarynka 1szt	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) pomidor 50g, herbata	Wartość energetyczna: 2058 kcal Białko ogółem: 91.97 g Tłuszcz: 75.24 g Węglowodany ogółem: 256.68 g
Dieta łatwostrawna	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50g (1-pszenica,6,7) ogórek kiszony 50 g, herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g (9) surówka z marchewki 150g herbata	Mandarynka 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna: 2114 kcal Białko ogółem: 91.50 g Tłuszcz: 79.44 g Węglowodany ogółem: 265.11 g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa14g (7) pasztet z kurczaka 50g (1-pszenica,6,7) ogórek kiszony 50 g, herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka b/ skóry 180g (9) surówka z marchewki 150g herbata	Mandarynka 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj 75g (3) pomidor 50g, herbata	Wartość energetyczna 1985 kcal Białko ogółem: 89.67 g Tłuszcz: 65.92 g Węglowodany ogółem: 265.00 g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50g (1-pszenica,6,7) ogórek kiszony 50 g, herbata	Jabłko 1szt	Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g (9) surówka z kapusty pekińskiej 150g herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) pomidor 50g, herbata	Wartość energetyczna: 1810 kcal Białko ogółem: 70.15 g Tłuszcz: 73.46 g Węglowodany ogółem: 218.91 g
Dieta bogatobiałkowa	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50g (1-pszenica,6,7) ogórek kiszony 50 g, herbata	Mandarynka 1szt	Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g (9) surówka z marchewki 150g herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) szynka z indyka 50 g (1-pszenica,6,7)	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna: 2200 kcal Białko ogółem: 98.63 g Tłuszcz: 86.88 g Węglowodany ogółem: 259.86 g

*do przygotowania warzyw został użyty olej rzepakowy

JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE, ZE WZGLĘDU NA DOSTĘPNOŚĆ PRODUKTÓW!!!

ROZPORZĄDZENIE PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011z dnia 25 października 2011 r.w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności, zmiany rozporządzeń
Parlamentu Europejskiego i Rady (WE) nr 1924/2006 i (WE) nr 1925/2006 oraz uchylenia dyrektywy Komisji 87/250/EWG, dyrektywy Rady 90/496/EWG, dyrektywy Komisji 1999/10/WE, dyrektywy 2000/13/WE
Parlamentu Europejskiego i Rady, dyrektyw Komisji 2002/67/WE i 2008/5/WE oraz rozporządzenia Komisji (WE) nr 608/2004

ALERGENY
1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz,
2. Skorupiaki i produkty pochodne;
3. Jaja i produkty pochodne;
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), z wyjątkiem:
8. Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia
9. Seler i produkty pochodne;
10. Gorczyca i produkty pochodne;
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne;
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartośćSO2 dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do
spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców;
13. Łubin i produkty pochodne;
14. Mięczaki i produkty pochodne

OZNACZENIA WARTOŚCI
E- Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011(kcal),
B- Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
T - Tłuszcz,
W - Węglowodany ogółem,