

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-13 środa	dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Zacierki na mleku 350 g (MLE, GLU) Pasta jajeczna z nat. pietruszki 90 g (JAJ) szynka formowana z kurczaka 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) Ryż gotowany 170 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 180 g (SOJ) Surówka z pora i jabłka 120 g Marchewka gotowana z wody 80 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Pasta wielowarzywna 90 g pierś wędzona drobiowa 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) sałatka z tortellini 100 g (GLU)	Kefir 150 ml (MLE)
	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Zacierki na mleku 350 g (MLE, GLU) Pasta jajeczna z nat. pietruszki 90 g (JAJ) szynka formowana z kurczaka 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	Pieczywo razowe 50 g (ZYT) masło śmietankowe 5 g (MLE) wędlina krakowska 30 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ)	Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) Ryż brązowy 170 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 180 g (SOJ) Surówka z pora i jabłka 180 g	Sok pomidorowy 200 ml	Pieczywo razowe 120 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pasta wielowarzywna 90 g pierś wędzona drobiowa 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) sałatka z tortellini 100 g (GLU)	Kefir 150 ml (MLE)

		SUMA
2026-05-13 środa	dieta podstawowa	Wartość energetyczna[kcal] 2 282,3 Białko ogółem [g] 98,7 Tłuszcz [g] 60,8 Węglowodany ogółem [g] 358,8 Błonnik pokarmowy [g] 46,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 75,9 Sól [g] 6,2 Cholesterol [mg] 694 Sód [mg] 2 453,8
	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość energetyczna[kcal] 2 411,5 Białko ogółem [g] 110,2 Tłuszcz [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 361,8 Błonnik pokarmowy [g] 62,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 suma cukrów prostych [g] 76,6 Sól [g] 7,5 Cholesterol [mg] 731,6 Sód [mg] 3 016,8

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-13 środa	dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 50 g (GLU) Cukier 5 g Zacierki na mleku 350 g (MLE, GLU) kurczak zapiekany 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) szynka formowana z kurczaka 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Pomidor bs 100 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) Ryż gotowany 170 g Marchewka gotowana z wody 180 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 180 g (SOJ)		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 60 g (GLU) Cukier 5 g Pasta wielowarzywna 90 g pieś wędzona drobiowa 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) sałatka z tortellini 100 g (GLU)	Kefir 150 ml (MLE)
	dieta bezmleczna	Płatki kukurydziane na wodzie 350 g szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) schab wieprzowy - sękacz 40 g (MIĘ) Pomidor bs 100 g Margaryna roślinna 15 g Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g		Zupa krupnik b/m 350 ml (SEL) Ryż gotowany 170 g Marchewka gotowana z wody 180 g Kompot owocowy 300 ml Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 180 g (SOJ)		Pasta wielowarzywna 90 g szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) sałatka z tortellini 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Sok pomidorowy 200 ml

		SUMA
2026-05-13 środa	dieta łatwostrawna	Wartość energetyczna[kcal] 2 097,2 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 48,2 Węglowodany ogółem [g] 351 Błonnik pokarmowy [g] 38,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 suma cukrów prostych [g] 69,7 Sól [g] 6,7 Cholesterol [mg] 175,6 Sód [mg] 2 668,4
	dieta bezmleczna	Wartość energetyczna[kcal] 1 893 Białko ogółem [g] 65,8 Tłuszcz [g] 41,9 Węglowodany ogółem [g] 336 Błonnik pokarmowy [g] 43,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 suma cukrów prostych [g] 68,1 Sól [g] 6,5 Cholesterol [mg] 121,6 Sód [mg] 2 591,8

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-13 środa	dieta bogatobiałkowa	Zacierki na mleku 350 g (MLE, GLU) szynka formowana z kurczaka 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) kurczak zapiekany 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) wędlina krakowska 30 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) Ryż gotowany 170 g Kompot owocowy 300 ml Marchewka gotowana z wody 180 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 180 g (SOJ)	Jogurt 1 szt (MLE)	Pasta wielowarzywna 90 g pierś wędzona drobiowa 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) sałatka z tortellini 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Kefir 150 ml (MLE)
	dieta wegetariańska	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Pomidor 100 g Zacierki na mleku 350 g (MLE, GLU) Ser żółty 50 g (MLE) Pasta jajeczna z nat. pietruszki 90 g (JAJ)		Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) Ryż gotowany 170 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 180 g (SOJ) Surówka z pora i jabłka 120 g Marchewka gotowana z wody 80 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Wędlina wege 40 g Pasta wielowarzywna 90 g Pomidor 100 g	Kefir 150 ml (MLE)

		SUMA
2026-05-13 środa	dieta bogatobiałkowa	Wartość energetyczna[kcal] 2 414,6 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 59,5 Węglowodany ogółem [g] 384,6 Błonnik pokarmowy [g] 40,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 71,2 Sól [g] 8 Cholesterol [mg] 213,2 Sód [mg] 3190,7
	dieta wegetariańska	Wartość energetyczna[kcal] 2 351,9 Białko ogółem [g] 91,6 Tłuszcz [g] 70,8 Węglowodany ogółem [g] 359,7 Błonnik pokarmowy [g] 50,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 75,7 Sól [g] 5,1 Cholesterol [mg] 650,8 Sód [mg] 1707,4

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-13 środa dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 50 g (GLU) Cukier 5 g Zacierki na mleku 350 g (MLE, GLU) kurczak zapiekany 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) szynka formowana z kurczaka 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Pomidor bs 100 g	Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) wędlina krakowska 30 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ)	Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) Ryż gotowany 170 g Marchewka gotowana z wody 180 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 180 g (SOJ)	Wafle ryżowe 2 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 60 g (GLU) Cukier 5 g Pasta wielowarzywna 90 g piersz wędzona drobiowa 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Pomidor bs 100 g	Kefir 150 ml (MLE)
dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zacierki na mleku 350 g (MLE, GLU) szynka formowana z kurczaka 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) kurczak zapiekany 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 10 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) Ryż gotowany 170 g Kompot owocowy 300 ml Marchewka gotowana z wody 180 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 180 g (SOJ)		Pasta wielowarzywna 90 g piersz wędzona drobiowa 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 10 g (MLE) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Kefir 150 ml (MLE)

		SUMA
2026-05-13 środa	dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Wartość energetyczna[kcal] 2 374,6 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 61 Węglowodany ogółem [g] 379,3 Błonnik pokarmowy [g] 39,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 suma cukrów prostych [g] 70,7 Sól [g] 8 Cholesterol [mg] 213,2 Sód [mg] 3 174,7
	dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wartość energetyczna[kcal] 2 022,4 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 40 Węglowodany ogółem [g] 350,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8 suma cukrów prostych [g] 69,7 Sól [g] 6,7 Cholesterol [mg] 150,8 Sód [mg] 2 667,4

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-13 środa	dieta wysokoenergetyczna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Pomidor 100 g Zacierki na mleku 350 g (MLE, GLU) szynka formowana z kurczaka 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Pasta jajeczna z nat. pietruszki 90 g (JAJ)	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) wędlina krakowska 30 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ)	Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) Ryż gotowany 170 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 180 g (SOJ) Surówka z pora i jabłka 120 g Marchewka gotowana z wody 80 g	Sok pomidorowy 200 ml Wafle ryżowe 2 g	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Pasta wielowarzywna 90 g pierś wędzona drobiowa 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) sałatka z tortellini 100 g (GLU)	Kefir 150 ml (MLE)
	dieta bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g (ORZ, SOJ, SEZ) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Cukier 5 g Pomidor 100 g Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) szynka formowana z kurczaka 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Pasta jajeczna z nat. pietruszki 90 g (JAJ)		Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik ryżowy z zieleciną 350 ml (SEL) Ryż gotowany 170 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 180 g (SOJ) Surówka z pora i jabłka 120 g Marchewka gotowana z wody 80 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo bezglutenowe 120 g (ORZ, SOJ, SEZ) Cukier 5 g Pasta wielowarzywna 90 g pierś wędzona drobiowa 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	Kefir 150 ml (MLE)

		SUMA
2026-05-13 środa	dieta wysokoenergetyczna	Wartość energetyczna[kcal] 2 558,7 Białko ogółem [g] 111,9 Tłuszcz [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 390,3 Błonnik pokarmowy [g] 49,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 suma cukrów prostych [g] 79,2 Sól [g] 7,5 Cholesterol [mg] 731,6 Sód [mg] 2 984,1
	dieta bezglutenowa	Wartość energetyczna[kcal] 2 127,7 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 105,7 Węglowodany ogółem [g] 225,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8 suma cukrów prostych [g] 72,7 Sól [g] 4 Cholesterol [mg] 728 Sód [mg] 1 597,6

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-14 czwartek	dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU) szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) pasta twarogowa z czubrycą 90 g (MLE) Ogórki kiszone 100 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Schab pieczony 100 g Buraczki 80 g (GLU) Ziemniaki gotowane 170 g Surówka z marchewki z jabłkiem 120 g Sos jasny 80 g (MLE, GLU)		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Pasta z zielonego groszku 90 g kielbasa biała parzona 40 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Papryka 100 g	Jogurt owocowy 100 ml (MLE)
	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU) szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) pasta twarogowa z czubrycą 90 g (MLE) Ogórek świeży 100 g	Pieczywo razowe 50 g (ZYT) masło śmietankowe 5 g (MLE) Szynkowa 30 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ)	Kompot owocowy 300 ml Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Surówka z marchewki z jabłkiem 180 g Schab pieczony 100 g Sos jasny 80 g (MLE, GLU)	Kefir 150 ml (MLE)	Pieczywo razowe 120 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pasta z zielonego groszku 90 g kielbasa biała parzona 40 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Papryka 100 g	Jogurt naturalny 100 g (MLE)

		SUMA
2026-05-14 czwartek	dieta podstawowa	Wartość energetyczna[kcal] 2 150,6 Białko ogółem [g] 116 Tłuszcz [g] 67,3 Węglowodany ogółem [g] 284,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 suma cukrów prostych [g] 60 Sól [g] 4,6 Cholesterol [mg] 220,8 Sód [mg] 1 847,4
	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość energetyczna[kcal] 2 345,8 Białko ogółem [g] 132,4 Tłuszcz [g] 81,2 Węglowodany ogółem [g] 295,2 Błonnik pokarmowy [g] 49,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 suma cukrów prostych [g] 51,8 Sól [g] 6,8 Cholesterol [mg] 292,3 Sód [mg] 2 709

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-14 czwartek	dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 50 g (GLU) Cukier 5 g Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU) szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) Twaróg chudy 90 g (MLE) Pomidor bs 100 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Schab pieczony 100 g Buraczki 180 g (GLU) Ziemniaki gotowane 170 g Sos jasny 80 g (MLE, GLU)		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 60 g (GLU) Cukier 5 g schab wieprzowy - sękacz 40 g (MIĘ) kielbasa biała parzona 40 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Pomidor bs 100 g	Jogurt owocowy 100 ml (MLE)
	dieta bezmleczna	Płatki ryżowe na wodzie 350 ml schab wieprzowy - sękacz 40 g (MIĘ) szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) Pomidor bs 100 g Margaryna roślinna 15 g Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g		Zupa jarzynowa b/m 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Buraczki 180 g (GLU) Kompot owocowy 300 ml Schab pieczony 100 g Sos jasnyb/m 80 g (GLU)		schab wieprzowy - sękacz 40 g (MIĘ) szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) Pomidor bs 100 g Margaryna roślinna 15 g Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml
	dieta bogatobiałkowa	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU) Twaróg chudy 90 g (MLE) szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Szynekowa 30 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ)	Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Schab pieczony 100 g Buraczki 180 g (GLU) Kompot owocowy 300 ml Ziemniaki gotowane 170 g Sos jasny 80 g (MLE, GLU)	Kefir 150 ml (MLE)	schab wieprzowy - sękacz 40 g (MIĘ) kielbasa biała parzona 40 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Jogurt owocowy 100 ml (MLE)

		SUMA
2026-05-14 czwartek	dieta łatwostrawna	Wartość energetyczna[kcal] 2 141,4 Białko ogółem [g] 125,1 Tłuszcz [g] 64,4 Węglowodany ogółem [g] 273,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 suma cukrów prostych [g] 57,9 Sól [g] 4,6 Cholesterol [mg] 224,9 Sód [mg] 1 806
	dieta bezmleczna	Wartość energetyczna[kcal] 1 954,8 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 54,1 Węglowodany ogółem [g] 277,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 suma cukrów prostych [g] 56,2 Sól [g] 5,6 Cholesterol [mg] 222,7 Sód [mg] 2 092
	dieta bogatobiałkowa	Wartość energetyczna[kcal] 2 464,8 Białko ogółem [g] 145,9 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 307,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 suma cukrów prostych [g] 58,4 Sól [g] 6,5 Cholesterol [mg] 289,1 Sód [mg] 2 567,2

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-14 czwartek	dieta wegetariańska	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ŻYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Ogórki kiszzone 100 g Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU) Wędlina wege 40 g pasta twarogowa z czubrycą 90 g (MLE)		Kompot owocowy 300 ml Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Kotlet jajeczny 100 g (GLU, JAJ) Buraczki 80 g (GLU) Ziemniaki gotowane 170 g Surówka z marchewki z jabłkiem 120 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ŻYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Serek topiony 50 g (MLE) Pasta z zielonego groszku 90 g Papryka 100 g	Jogurt owocowy 100 ml (MLE)
	dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 50 g (GLU) Cukier 5 g Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU) szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) Twaróg chudy 90 g (MLE) Pomidor bs 100 g	Szynkowa 30 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE)	Kompot owocowy 300 ml Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Schab pieczony 100 g Buraczki 180 g (GLU) Ziemniaki gotowane 170 g Sos jasny 80 g (MLE, GLU)	Herbatniki 50 g (MLE, GLU)	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 60 g (GLU) Cukier 5 g schab wieprzowy - sękacz 40 g (MIĘ) kielbasa biała parzona 40 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Pomidor bs 100 g	Jogurt owocowy 100 ml (MLE)

		SUMA
2026-05-14 czwartek	dieta wegetariańska	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 164,1 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 70,6 Węglowodany ogółem [g] 304,3 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 suma cukrów prostych [g] 60 Sól [g] 5,2 Cholesterol [mg] 482,7 Sód [mg] 1 694,5
	dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 584,8 Białko ogółem [g] 144,8 Tłuszcz [g] 82,5 Węglowodany ogółem [g] 324 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 suma cukrów prostych [g] 58,9 Sól [g] 6,5 Cholesterol [mg] 290,6 Sód [mg] 2 841,2

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-14 czwartek	dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU) Twaróg chudy 90 g (MLE) szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 10 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g		Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Schab pieczony 100 g Buraczki 180 g (GLU) Kompot owocowy 300 ml Ziemniaki gotowane 170 g Sos jasny 80 g (MLE, GLU)		schab wieprzowy - sękacz 40 g (MIĘ) kielbasa biała parzona 40 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 10 g (MLE) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Jogurt owocowy 100 ml (MLE)
	dieta wysokoenergetyczna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Ogórki kiszzone 100 g Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU) szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) pasta twarogowa z czubrycą 90 g (MLE)	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Szynkowa 30 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ)	Kompot owocowy 300 ml Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Schab pieczony 100 g Surówka z marchewki z jabłkiem 120 g Buraczki 80 g (GLU) Ziemniaki gotowane 170 g Sos jasny 80 g (MLE, GLU)	Kefir 150 ml (MLE) Herbatniki 50 g (MLE, GLU)	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Pasta z zielonego groszku 90 g kielbasa biała parzona 40 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Papryka 100 g	Jogurt owocowy 100 ml (MLE)
	dieta bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g (ORZ, SOJ, SEZ) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Cukier 5 g Ogórki kiszzone 100 g płatki ryżowe na mleku 350 ml (MLE) szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) pasta twarogowa z czubrycą 90 g (MLE)		Kompot owocowy 300 ml Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Schab pieczony 100 g Surówka z marchewki z jabłkiem 120 g Buraczki b/glutenu 80 g Sos jasny b/g 80 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo bezglutenowe 120 g (ORZ, SOJ, SEZ) Cukier 5 g Pasta z zielonego groszku 90 g szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) Papryka 100 g	Jogurt owocowy 100 ml (MLE)

		SUMA
2026-05-14 czwartek	dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wartość energetyczna[kcal] 2 066,6 Białko ogółem [g] 125 Tłuszcz [g] 56,2 Węglowodany ogółem [g] 273,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 suma cukrów prostych [g] 57,8 Sól [g] 4,6 Cholesterol [mg] 200,1 Sód [mg] 1 805
	dieta wysokoenergetyczna	Wartość energetyczna[kcal] 2 650,5 Białko ogółem [g] 140,3 Tłuszcz [g] 86,9 Węglowodany ogółem [g] 341,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 suma cukrów prostych [g] 60,5 Sól [g] 6,5 Cholesterol [mg] 286,5 Sód [mg] 2 898,6
	dieta bezglutenowa	Wartość energetyczna[kcal] 2 018,3 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 97,8 Węglowodany ogółem [g] 192,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 suma cukrów prostych [g] 67 Sól [g] 4,1 Cholesterol [mg] 225,9 Sód [mg] 1 322,8

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-15 piątek	dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (MLE, GLU) Ser żółty 50 g (MLE) wędlina kaliska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, ORZ ARACH, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Sałatka z pomidora 100 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Krewetki w sosie śmietanowo cytrynowym 180 g (RYB) Bukiet warzyw 80 g Makaron gotowany 170 g (GLU) Surówka colesław 120 g (JAJ)		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Paprykarz domowy 90 g (RYB) Twaróg chudy 90 g (MLE) Papryka 100 g Dżem 25 g	Serek homogenizowany naturalny 100 g (MLE)
	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (MLE, GLU) Twarożek ziołowy 90 g (MLE) wędlina kaliska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, ORZ ARACH, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Sałatka z pomidora 100 g	Pieczywo razowe 50 g (ZYT) masło śmietankowe 5 g (MLE) kurczak zapiekany 30 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR)	Kompot owocowy 300 ml Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Makaron razowy gotowany 170 g (GLU) Surówka colesław 180 g (JAJ) Krewetki w sosie śmietanowo cytrynowym 180 g (RYB)	Budyń b/c 200 ml (MLE)	Pieczywo razowe 120 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Paprykarz domowy 90 g (RYB) Twaróg chudy 90 g (MLE) Papryka 100 g	Serek homogenizowany naturalny 100 g (MLE)

		SUMA
2026-05-15 piątek	dieta podstawowa	Wartość energetyczna[kcal] 2 415,5 Białko ogółem [g] 133,2 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 317,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 suma cukrów prostych [g] 59,9 Sól [g] 7,1 Cholesterol [mg] 146,6 Sód [mg] 2 331,8
	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość energetyczna[kcal] 2 629,7 Białko ogółem [g] 174 Tłuszcz [g] 71,5 Węglowodany ogółem [g] 340,7 Błonnik pokarmowy [g] 55,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 suma cukrów prostych [g] 68,9 Sól [g] 7,9 Cholesterol [mg] 207,9 Sód [mg] 2 628,5

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-15 piątek	dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 50 g (GLU) Cukier 5 g Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml (MLE, GLU) Twarożek ziołowy 90 g (MLE) wędlina kaliska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, ORZ ARACH, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Sałatka z pomidora 100 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 100 g (RYB) Bukiet warzyw 180 g Ziemniaki gotowane 170 g		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 60 g (GLU) Cukier 5 g Paprykarz domowy 90 g (RYB) Twaróg chudy 90 g (MLE) Pomidor bs 100 g Dżem 25 g	Serek homogenizowany naturalny 100 g (MLE)
	dieta bezmleczna	Płatki jaglane na wodzie 350 ml szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) Schab gotowany 40 g Pomidor bs 100 g Margaryna roślinna 15 g Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g		zupa koperkowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Bukiet warzyw 180 g Kompot owocowy 300 ml Filet z miruny na parze 100 g (RYB)		Paprykarz domowy 90 g (RYB) schab wieprzowy - sękacz 40 g (MIĘ) Pomidor bs 100 g Margaryna roślinna 15 g Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g Dżem 25 g	Galaretka wiśniowa 200 g

		SUMA
2026-05-15 piątek	dieta łatwostrawna	Wartość energetyczna[kcal] 2 576 Białko ogółem [g] 157,3 Tłuszcz [g] 80,1 Węglowodany ogółem [g] 310 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 suma cukrów prostych [g] 56,1 Sól [g] 5,9 Cholesterol [mg] 167,3 Sód [mg] 1 846,7
	dieta bezmleczna	Wartość energetyczna[kcal] 2 240,5 Białko ogółem [g] 125,7 Tłuszcz [g] 65,4 Węglowodany ogółem [g] 303,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 suma cukrów prostych [g] 46,2 Sól [g] 4,9 Cholesterol [mg] 165,6 Sód [mg] 1 964,8

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-15 piątek	dieta bogatobiałkowa	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (MLE, GLU) wędlina kaliska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, ORZ ARACH, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Twarożek ziołowy 90 g (MLE) Sałatka z pomidora 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) kurczak zapiekany 30 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR)	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 100 g (RYB) Bukiet warzyw 180 g Kompot owocowy 300 ml Ziemniaki gotowane 170 g	Budyń 200 ml (MLE)	Paprykarz domowy 90 g (RYB) Twaróg chudy 90 g (MLE) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g Dżem 25 g	Serek homogenizowany naturalny 100 g (MLE)
	dieta wegetariańska	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ŻYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Pomidor 100 g Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (MLE, GLU) Ser żółty 50 g (MLE) Twarożek ziołowy 90 g (MLE)		Kompot owocowy 300 ml Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Krewetki w sosie śmietanowo cytrynowym 180 g (RYB) Makaron gotowany 170 g (GLU) Surówka colesław 120 g (JAJ) Bukiet warzyw 80 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ŻYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Paprykarz domowy 90 g (RYB) Twaróg chudy 90 g (MLE) Papryka 100 g Dżem 25 g	Serek homogenizowany naturalny 100 g (MLE)

		SUMA
2026-05-15 piątek	dieta bogatobiałkowa	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 866,8 Białko ogółem [g] 171,3 Tłuszcz [g] 87,7 Węglowodany ogółem [g] 352,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,1 suma cukrów prostych [g] 66,9 Sól [g] 7,2 Cholesterol [mg] 205,5 Sód [mg] 2 398,4
	dieta wegetariańska	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 456,3 Białko ogółem [g] 147 Tłuszcz [g] 74,3 Węglowodany ogółem [g] 314,1 Błonnik pokarmowy [g] 40,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 suma cukrów prostych [g] 70,4 Sól [g] 6 Cholesterol [mg] 150,5 Sód [mg] 2 382,5

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-15 piątek	dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 50 g (GLU) Cukier 5 g Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml (MLE, GLU) Twarożek ziołowy 90 g (MLE) wędlina kaliska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, ORZ ARACH, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pomidor bs 100 g	kurczak zapiekany 30 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE)	Kompot owocowy 300 ml Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 100 g (RYB) Bukiet warzyw 180 g Ziemniaki gotowane 170 g	Wafle ryżowe 50 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 60 g (GLU) Cukier 5 g Paprykarz domowy 90 g (RYB) Twaróg chudy 90 g (MLE) Pomidor bs 100 g Dżem 25 g	Serek homogenizowany naturalny 100 g (MLE)
	dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml (MLE, GLU) wędlina kaliska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, ORZ ARACH, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Twarożek ziołowy 90 g (MLE) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 10 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 100 g (RYB) Bukiet warzyw 180 g Kompot owocowy 300 ml Ziemniaki gotowane 170 g		Paprykarz domowy 90 g (RYB) Twaróg chudy 90 g (MLE) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 10 g (MLE) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g Dżem 25 g	Serek homogenizowany naturalny 100 g (MLE)

		SUMA
2026-05-15 piątek	dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Wartość energetyczna[kcal] 2 672,4 Białko ogółem [g] 161,6 Tłuszcz [g] 84,8 Węglowodany ogółem [g] 323,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5 suma cukrów prostych [g] 59,3 Sól [g] 7 Cholesterol [mg] 178,4 Sód [mg] 2 310,1
	dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wartość energetyczna[kcal] 2 384,4 Białko ogółem [g] 151,2 Tłuszcz [g] 69,9 Węglowodany ogółem [g] 295,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 suma cukrów prostych [g] 58,2 Sól [g] 5,8 Cholesterol [mg] 125 Sód [mg] 1 827,7

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-15 piątek	dieta wysokoenergetyczna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Sałatka z pomidora 100 g Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (MLE, GLU) Ser żółty 50 g (MLE) wędlina kaliska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, ORZ ARACH, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ)	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) kurczak zapiekany 30 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR)	Kompot owocowy 300 ml Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Krewetki w sosie śmietanowo cytrynowym 180 g (RYB) Surówka colesław 120 g (JAJ) Bukiet warzyw 80 g Makaron gotowany 170 g (GLU)	Budyń 200 ml (MLE) Wafle ryżowe 50 g	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Paprykarz domowy 90 g (RYB) Twaróg chudy 90 g (MLE) Papryka 100 g Dżem 25 g	Serek homogenizowany naturalny 100 g (MLE)
	dieta bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g (ORZ, SOJ, SEZ) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Cukier 5 g Pomidor 100 g Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Schab gotowany 40 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Makaron bezglutenowy 170 g Krewetki w sosie śmietanowo cytrynowym 180 g (RYB) Surówka colesław 120 g (JAJ) Bukiet warzyw 80 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo bezglutenowe 120 g (ORZ, SOJ, SEZ) Cukier 5 g Paprykarz domowy 90 g (RYB) Twaróg chudy 90 g (MLE) Papryka 100 g Dżem 25 g	Serek homogenizowany naturalny 100 g (MLE)

		SUMA
2026-05-15 piątek	dieta wysokoenergetyczna	Wartość energetyczna[kcal] 2 706,3 Białko ogółem [g] 147,2 Tłuszcz [g] 79,6 Węglowodany ogółem [g] 359,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 suma cukrów prostych [g] 70,7 Sól [g] 8,4 Cholesterol [mg] 184,8 Sód [mg] 2 883,5
	dieta bezglutenowa	Wartość energetyczna[kcal] 2 217,5 Białko ogółem [g] 133,8 Tłuszcz [g] 112,2 Węglowodany ogółem [g] 180,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 suma cukrów prostych [g] 65,5 Sól [g] 3,2 Cholesterol [mg] 166 Sód [mg] 1 238,3

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-16 sobota	dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ŻYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Papryka 100 g Kawa zbożowa na mleku 400 ml (MLE) Szynkowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pieczeń z soczewicy i cukinii 90 g (GLU, SEL) Sałata 10 g		Kompot owocowy 300 ml Żurek z ziemniakami i jajkiem 350 ml (MLE, JAJ) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Gulasz wieprzowy z warzywami 180 g (GLU, MIĘ) Surówka z kapusty kiszonej 120 g Dyńia pieczona 80 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ŻYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Ser twarogowy z czubrycą 90 g (MLE) wędlina krakowska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pomidor 100 g	Kisiel owocowy 200 ml
	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 100 g (ŻYT) Papryka 100 g Kawa zbożowa na mleku 400 ml (MLE) Szynkowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pieczeń z soczewicy i cukinii 90 g (GLU, SEL) Sałata 10 g	Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Twarożek ziołowy 50 g (MLE)	Kompot owocowy 300 ml Żurek z ziemniakami i jajkiem 350 ml (MLE, JAJ) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Gulasz wieprzowy z warzywami 180 g (GLU, MIĘ) Surówka z białej kapusty 180 g	Jogurt naturalny 100 g (MLE)	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Ser twarogowy z czubrycą 90 g (MLE) wędlina krakowska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pomidor 100 g	Kisiel b/c 200 ml

		SUMA
2026-05-16 sobota	dieta podstawowa	Wartość energetyczna[kcal] 2 415,3 Białko ogółem [g] 127,3 Tłuszcz [g] 85 Węglowodany ogółem [g] 301,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 suma cukrów prostych [g] 72,6 Sól [g] 6,7 Cholesterol [mg] 615,3 Sód [mg] 2 685,6
	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość energetyczna[kcal] 2 592,1 Białko ogółem [g] 145,1 Tłuszcz [g] 97,2 Węglowodany ogółem [g] 305,3 Błonnik pokarmowy [g] 46,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,3 suma cukrów prostych [g] 68 Sól [g] 7,8 Cholesterol [mg] 647,6 Sód [mg] 3 064,2

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-16 sobota	dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 50 g (GLU) Cukier 5 g Pomidor bs 100 g Kawa zbożowa na mleku 400 ml (MLE) Szynkowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Twarożek śmietankowy 90 g (MLE) Sałata 10 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Gulasz wieprzowy z warzywami 180 g (GLU, MIĘ) Dynia pieczona 180 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Cukier 5 g Twaróg chudy 90 g (MLE) wędlina krakowska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pomidor bs 100 g	Kisiel owocowy 200 ml
	dieta bezmleczna	Płatki kukurydziane na wodzie 350 g Pasta wielowarzywna 90 g schab wieprzowy - sękacz 40 g (MIĘ) Pomidor bs 100 g Margaryna roślinna 15 g Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g Sałata 10 g		Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 180 g (GLU, MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Dynia pieczona 180 g Kompot owocowy 300 ml		schab wieprzowy - sękacz 40 g (MIĘ) Pasta wielowarzywna 90 g Pomidor bs 100 g Margaryna roślinna 15 g Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Kisiel owocowy 200 ml

		SUMA
2026-05-16 sobota	dieta łatwostrawna	Wartość energetyczna[kcal] 2 244,6 Białko ogółem [g] 131,4 Tłuszcz [g] 71,2 Węglowodany ogółem [g] 284,3 Błonnik pokarmowy [g] 20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 suma cukrów prostych [g] 59,2 Sól [g] 6,2 Cholesterol [mg] 298,2 Sód [mg] 2 476,6
	dieta bezmleczna	Wartość energetyczna[kcal] 1 872,6 Białko ogółem [g] 78,3 Tłuszcz [g] 49,6 Węglowodany ogółem [g] 296,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 suma cukrów prostych [g] 43,7 Sól [g] 3,9 Cholesterol [mg] 180,1 Sód [mg] 1 568,1

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-16 sobota	dieta bogatobiałkowa	Kawa zbożowa na mleku 400 ml (MLE) Twarożek śmietankowy 90 g (MLE) Szynkowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g Sałata 10 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Twarożek zielony 50 g (MLE)	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 180 g (GLU, MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Dyńa pieczona 180 g Kompot owocowy 300 ml	Jogurt naturalny 100 g (MLE)	Twaróg chudy 90 g (MLE) wędlina krakowska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Kisiel owocowy 200 ml
	dieta wegetariańska	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Papryka 100 g Kawa zbożowa na mleku 400 ml (MLE) Humus 90 g (SEZ) Pieczeń z soczewicy i cukinii 90 g (GLU, SEL) Sałata 10 g		Kompot owocowy 300 ml Żurek z ziemniakami i jajkiem 350 ml (MLE, JAJ) Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 150 g (SOJ) Surówka z kapusty kiszonej 120 g Dyńa pieczona 80 g Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU)		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Ser twarogowy z czubrycą 90 g (MLE) Wędlina wege 40 g Pomidor 100 g	Kisiel owocowy 200 ml

2026-05-16 sobota	dieta bogatobiałkowa	<p>SUMA</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 564,7 Białko ogółem [g] 152,6 Tłuszcz [g] 81,4 Węglowodany ogółem [g] 321,1 Błonnik pokarmowy [g] 22 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,1 suma cukrów prostych [g] 66,2 Sól [g] 7 Cholesterol [mg] 330,5 Sód [mg] 2 788,6</p>
	dieta wegetariańska	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 204,2 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 71,3 Węglowodany ogółem [g] 316,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 suma cukrów prostych [g] 73,9 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 461 Sód [mg] 1 534,6</p>

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-16 sobota	dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 50 g (GLU) Cukier 5 g Pomidor bs 100 g Kawa zbożowa na mleku 400 ml (MLE) Szynkowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Twarożek śmietankowy 90 g (MLE) Sałata 10 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Twarożek ziółowy 50 g (MLE)	Kompot owocowy 300 ml Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Gulasz wieprzowy z warzywami 180 g (GLU, MIĘ) Dyńia pieczona 180 g	Biszkopty 50 g (GLU, JAJ)	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Cukier 5 g Twaróg chudy 90 g (MLE) wędlina krakowska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pomidor bs 100 g	Kisiel owocowy 200 ml
	dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kawa zbożowa na mleku 400 ml (MLE) Twarożek śmietankowy 90 g (MLE) Szynkowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 10 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g Sałata 10 g		Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 180 g (GLU, MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Dyńia pieczona 180 g Kompot owocowy 300 ml		Twaróg chudy 90 g (MLE) wędlina krakowska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 10 g (MLE) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Kisiel owocowy 200 ml

		SUMA
2026-05-16 sobota	dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Wartość energetyczna[kcal] 2 653,2 Białko ogółem [g] 151,8 Tłuszcz [g] 81,6 Węglowodany ogółem [g] 343,9 Błonnik pokarmowy [g] 22 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,9 suma cukrów prostych [g] 62 Sól [g] 6,8 Cholesterol [mg] 407,5 Sód [mg] 2 839,6
	dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wartość energetyczna[kcal] 2 169,8 Białko ogółem [g] 131,3 Tłuszcz [g] 62,9 Węglowodany ogółem [g] 284,3 Błonnik pokarmowy [g] 20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 suma cukrów prostych [g] 59,2 Sól [g] 6,2 Cholesterol [mg] 273,4 Sód [mg] 2 475,7

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-16 sobota	dieta wysokoenergetyczna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ŻYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Papryka 100 g Kawa zbożowa na mleku 400 ml (MLE) Szynkowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pieczeń z soczewicy i cukinii 90 g (GLU, SEL) Sałata 10 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Twarożek zielony 50 g (MLE)	Kompot owocowy 300 ml Zurek z ziemniakami i jajkiem 350 ml (MLE, JAJ) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Gulasz wieprzowy z warzywami 180 g (GLU, MIE) Surówka z kapusty kiszzonej 120 g Dyńa pieczona 80 g	Jogurt naturalny 100 g (MLE) Biszkopty 50 g (GLU, JAJ)	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ŻYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Ser twarogowy z czubrycą 90 g (MLE) wędlina krakowska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pomidor 100 g	Kisiel owocowy 200 ml
	dieta bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g (ORZ, SOJ, SEZ) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Cukier 5 g Papryka 100 g Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) schab wieprzowy - sękacz 40 g (MIE) Pasta wielowarzywna 90 g Sałata 10 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Kasza gryczana gotowana 170 g Gulasz wieprzowy z warzywami b/glut. 180 g (MIE) Surówka z kapusty kiszzonej 120 g Dyńa pieczona 80 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo bezglutenowe 120 g (ORZ, SOJ, SEZ) Cukier 5 g Ser twarogowy z czubrycą 90 g (MLE) szynka formowana z kurczaka 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	Kisiel owocowy 200 ml

		SUMA
2026-05-16 sobota	dieta wysokoenergetyczna	Wartość energetyczna[kcal] 2 883,9 Białko ogółem [g] 152 Tłuszcz [g] 97,4 Węglowodany ogółem [g] 367,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,3 suma cukrów prostych [g] 79,6 Sól [g] 7,5 Cholesterol [mg] 732,6 Sód [mg] 3 111,6
	dieta bezglutenowa	Wartość energetyczna[kcal] 2 139,4 Białko ogółem [g] 104,6 Tłuszcz [g] 105,5 Węglowodany ogółem [g] 220,7 Błonnik pokarmowy [g] 42,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 suma cukrów prostych [g] 101,6 Sól [g] 2,7 Cholesterol [mg] 235,5 Sód [mg] 1 106,4

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-17 niedziela	dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Kakao na mleku 400 ml (MLE) Twarożek 90 g (MLE) szynka formowana z kurczaka 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Sałata 10 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa pejzanka z ryżem 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Kotlet z piersi kurczaka pieczony 100 g (GLU) Surówka colesław 120 g (JAJ) Kalafior gotowany 80 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g kurczak zapiekany 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pasta wielowarzywna 90 g sałatka z tortellini 100 g (GLU)	Kefir 150 ml (MLE)
	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Kawa zbożowa na mleku 400 ml (MLE) Twarożek 90 g (MLE) szynka formowana z kurczaka 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Sałata 10 g	Pieczywo razowe 50 g (ZYT) masło śmietankowe 5 g (MLE) szynka jubileuszowa 30 g (SEL, SOJ, GOR)	Kompot owocowy 300 ml Zupa pejzanka z ryżem 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Pierś z kurczaka got. 100 g Surówka colesław 180 g (JAJ) Sos ziołowy 80 g	Mandarynka 150 g	Pieczywo razowe 120 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml kurczak zapiekany 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pasta wielowarzywna 90 g sałatka z tortellini 100 g (GLU)	Kefir 150 ml (MLE)

		SUMA
2026-05-17 niedziela	dieta podstawowa	Wartość energetyczna[kcal] 1 897,4 Białko ogółem [g] 114,3 Tłuszcz [g] 52,5 Węglowodany ogółem [g] 274,1 Błonnik pokarmowy [g] 47,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 suma cukrów prostych [g] 58,1 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 144,9 Sód [mg] 2 177,5
	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość energetyczna[kcal] 2 258,8 Białko ogółem [g] 147,2 Tłuszcz [g] 62 Węglowodany ogółem [g] 302,8 Błonnik pokarmowy [g] 54,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 suma cukrów prostych [g] 77,7 Sól [g] 7,1 Cholesterol [mg] 188,7 Sód [mg] 2 855,3

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-17 niedziela	dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 50 g (GLU) Cukier 5 g Kawa zbożowa na mleku 400 ml (MLE) Twarożek 90 g (MLE) szynka formowana z kurczaka 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Pomidor bs 100 g Sałata 10 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa pejzanka z ryżem 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Pierś z kurczaka got. 100 g Kalafior gotowany 180 g Sos ziołowy 80 g		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 60 g (GLU) Cukier 5 g kurczak zapiekany 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pasta wielowarzywna 90 g sałatka z tortellini 100 g (GLU)	Kefir 150 ml (MLE)
	dieta bezmleczna	Płatki ryżowe na wodzie 350 ml Pasta z brokuła i cukinii 90 g szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) Pomidor bs 100 g Margaryna roślinna 15 g Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g Sałata 10 g		Zupa pejzanka z ryżem 350 ml (SEL) Pierś z kurczaka got. 100 g Ziemniaki gotowane 170 g Kalafior gotowany 180 g Kompot owocowy 300 ml Sos ziołowy 80 g		schab wieprzowy - sękacz 40 g (MIĘ) Pasta wielowarzywna 90 g sałatka z tortellini 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Sok pomidorowy 200 ml
	dieta bogatobiałkowa	Kawa zbożowa na mleku 400 ml (MLE) Twarożek 90 g (MLE) szynka formowana z kurczaka 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g Sałata 10 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) szynka jubileuszowa 30 g (SEL, SOJ, GOR)	Zupa pejzanka z ryżem 350 ml (SEL) Pierś z kurczaka got. 100 g Ziemniaki gotowane 170 g Kalafior gotowany 180 g Kompot owocowy 300 ml Sos ziołowy 80 g	Mandarynka 150 g	kurczak zapiekany 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pasta wielowarzywna 90 g sałatka z tortellini 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Kefir 150 ml (MLE)

		SUMA
2026-05-17 niedziela	dieta łatwostrawna	Wartość energetyczna[kcal] 2 203,3 Białko ogółem [g] 145,1 Tłuszcz [g] 58,8 Węglowodany ogółem [g] 290 Błonnik pokarmowy [g] 39,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 suma cukrów prostych [g] 78,4 Sól [g] 5,9 Cholesterol [mg] 164,9 Sód [mg] 2 361,7
	dieta bezmleczna	Wartość energetyczna[kcal] 1 930,9 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 46,7 Węglowodany ogółem [g] 283,6 Błonnik pokarmowy [g] 44,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 suma cukrów prostych [g] 60,4 Sól [g] 4,7 Cholesterol [mg] 106,4 Sód [mg] 1 786,1
	dieta bogatobiałkowa	Wartość energetyczna[kcal] 2 464,9 Białko ogółem [g] 154,3 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 334,7 Błonnik pokarmowy [g] 44,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 suma cukrów prostych [g] 92,7 Sól [g] 7,1 Cholesterol [mg] 188,7 Sód [mg] 2 847,4

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-17 niedziela	dieta wegetariańska	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Pomidor 100 g Kakao na mleku 400 ml (MLE) Pasta z brokuła i cukinii 90 g Twarożek 90 g (MLE) Sałata 10 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa peyzanka z ryżem 350 ml (SEL) Kotlet jajeczny 100 g (GLU, JAJ) Surówka colesław 120 g (JAJ) Kalafior gotowany 80 g Ziemniaki gotowane 170 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Ser żółty 50 g (MLE) Pasta wielowarzynna 90 g Pomidor 100 g	Kefir 150 ml (MLE)
	dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 50 g (GLU) Cukier 5 g Pomidor bs 100 g Kawa zbożowa na mleku 400 ml (MLE) szynka formowana z kurczaka 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Twarożek 90 g (MLE) Sałata 10 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) szynka jubileuszowa 30 g (SEL, SOJ, GOR)	Kompot owocowy 300 ml Zupa peyzanka z ryżem 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Pierś z kurczaka got. 100 g Kalafior gotowany 180 g Sos ziołowy 80 g	Herbatniki 50 g (MLE, GLU)	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Cukier 5 g kurczak zapiekany 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pasta wielowarzynna 90 g Pomidor bs 100 g	Kefir 150 ml (MLE)

		SUMA
2026-05-17 niedziela	dieta wegetariańska	Wartość energetyczna[kcal] 2 031,2 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 302,3 Błonnik pokarmowy [g] 51,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 suma cukrów prostych [g] 60,2 Sól [g] 4,3 Cholesterol [mg] 461,7 Sód [mg] 1 727
	dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Wartość energetyczna[kcal] 2 458 Białko ogółem [g] 153,5 Tłuszcz [g] 71,9 Węglowodany ogółem [g] 311,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 suma cukrów prostych [g] 61,6 Sól [g] 6,7 Cholesterol [mg] 190,2 Sód [mg] 2 958,6

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-17 niedziela	dieta twardostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kawa zbożowa na mleku 400 ml (MLE) Twarożek 90 g (MLE) szynka formowana z kurczaka 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 10 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g Sałata 10 g		Zupa pejszanka z ryżem 350 ml (SEL) Pierś z kurczaka got. 100 g Ziemniaki gotowane 170 g Kalafior gotowany 180 g Kompot owocowy 300 ml Sos ziołowy 80 g		kurczak zapiekany 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pasta wielowarzywna 90 g Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 10 g (MLE) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Kefir 150 ml (MLE)
	dieta wysokoenergetyczna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Pomidor 100 g Kakao na mleku 400 ml (MLE) szynka formowana z kurczaka 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Twarożek 90 g (MLE) Sałata 10 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) szynka jubileuszowa 30 g (SEL, SOJ, GOR)	Kompot owocowy 300 ml Zupa pejszanka z ryżem 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Kotlet z piersi kurczaka pieczony 100 g (GLU) Surówka colesław 120 g (JAJ) Kalafior gotowany 80 g	Mandarynka 150 g Herbatniki 50 g (MLE, GLU)	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g kurczak zapiekany 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pasta wielowarzywna 90 g sałatka z tortellini 100 g (GLU)	Kefir 150 ml (MLE)
	dieta bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g (ORZ, SOJ, SEZ) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Cukier 5 g Pomidor 100 g płatki ryżowe na mleku 350 ml (MLE) szynka formowana z kurczaka 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Twarożek 90 g (MLE) Sałata 10 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa pejszanka z ryżem 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Pierś z kurczaka got. 100 g Surówka colesław 120 g (JAJ) Kalafior gotowany 80 g Sos ziołowy b/g 50 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo bezglutenowe 120 g (ORZ, SOJ, SEZ) Cukier 5 g schab wieprzowy - sękacz 40 g (MIĘ) Pasta wielowarzywna 90 g Pomidor 100 g	Kefir 150 ml (MLE)

		SUMA
2026-05-17 niedziela	dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 012,6 Białko ogółem [g] 141,6 Tłuszcz [g] 49,7 Węglowodany ogółem [g] 261,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 suma cukrów prostych [g] 60,9 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 140,1 Sód [mg] 2 183,5
	dieta wysokoenergetyczna	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 335,5 Białko ogółem [g] 127 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 341,3 Błonnik pokarmowy [g] 53,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 suma cukrów prostych [g] 72,4 Sól [g] 6,7 Cholesterol [mg] 170,2 Sód [mg] 2 953,2
	dieta bezglutenowa	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 022,3 Białko ogółem [g] 124,4 Tłuszcz [g] 95,9 Węglowodany ogółem [g] 181,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 suma cukrów prostych [g] 62 Sól [g] 3 Cholesterol [mg] 150,5 Sód [mg] 924,7

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-18 poniedziałek	dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ŻYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Papryka 100 g Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Hummus z suszonymi pomidorami 50 g (SEZ) Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Sałata 10 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (MLE, SEL) Kasza gryczana gotowana 170 g Klopsik wieprzowy gotowany 100 g (MIĘ) Surówka wielowarzywna 120 g Bukiet warzyw 80 g Sos jasny 80 g (MLE, GLU)		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ŻYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g pasta z tuńczyka z natką pietruszki 90 g (RYB) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek 100 g Sałata 10 g	Banan 1 szt
	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 100 g (ŻYT) Papryka 100 g Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Hummus z suszonymi pomidorami 50 g (SEZ) Sałata 10 g	Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Pasta wielowarzywna 50 g	Kompot owocowy 300 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (MLE, SEL) Kasza gryczana gotowana 170 g Klopsik wieprzowy gotowany 100 g (MIĘ) Surówka wielowarzywna 180 g Sos jasny 80 g (MLE, GLU)	Jogurt naturalny 100 g (MLE)	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) pasta z tuńczyka z natką pietruszki 90 g (RYB) Ogórek 100 g Ser żółty 50 g (MLE) Sałata 10 g	Banan 1 szt

		SUMA
2026-05-18 poniedziałek	dieta podstawowa	Wartość energetyczna[kcal] 2 512,9 Białko ogółem [g] 144 Tłuszcz [g] 90,5 Węglowodany ogółem [g] 299,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4 suma cukrów prostych [g] 80,8 Sól [g] 6,9 Cholesterol [mg] 1 023,5 Sód [mg] 2 497,5
	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość energetyczna[kcal] 2 643 Białko ogółem [g] 149,3 Tłuszcz [g] 97 Węglowodany ogółem [g] 318,1 Błonnik pokarmowy [g] 50,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 suma cukrów prostych [g] 77,9 Sól [g] 7,7 Cholesterol [mg] 1 043,9 Sód [mg] 2 840,9

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-18 poniedziałek	dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 50 g (GLU) Cukier 5 g Pomidor bs 100 g Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) pierś wędzona drobiowa 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Pasta wielowarzywna 90 g Sałata 10 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Klopsik wieprzowy gotowany 100 g (MIĘ) Bukiet warzyw 180 g Sos jasny 80 g (MLE, GLU)		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Cukier 5 g pasta z tuńczyka z natką pietruszki 90 g (RYB) Pomidor bs 100 g Twaróg chudy 90 g (MLE) Sałata 10 g	Banan 1 szt
	dieta bezmleczna	Płatki jaglane na wodzie 350 ml Pasta wielowarzywna 90 g szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) Pomidor bs 100 g Margaryna roślinna 15 g Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g Sałata 10 g		Zupa brokułowa czysta 350 ml (SEL) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Bukiet warzyw 180 g Kompot owocowy 300 ml Klopsik wieprzowy gotowany 100 g (MIĘ) Sos jasny/m 80 g (GLU)		schab wieprzowy - sękacz 40 g (MIĘ) pasta z tuńczyka z natką pietruszki 90 g (RYB) Pomidor bs 100 g Margaryna roślinna 15 g Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g Sałata 10 g	Banan 1 szt
	dieta bogatobiałkowa	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pasta wielowarzywna 90 g pierś wędzona drobiowa 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g Sałata 10 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) szynka jubileuszowa 30 g (SEL, SOJ, GOR)	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (MLE, SEL) Klopsik szynka gotowany 100 g (MIĘ) Bukiet warzyw 180 g Kompot owocowy 300 ml Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Sos jasny 80 g (MLE, GLU)	Jogurt naturalny 100 g (MLE)	Twaróg chudy 90 g (MLE) pasta z tuńczyka z natką pietruszki 90 g (RYB) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g Sałata 10 g	Banan 1 szt

		SUMA
2026-05-18 poniedziałek	dieta łatwostrawna	Wartość energetyczna[kcal] 2 185,2 Białko ogółem [g] 132,3 Tłuszcz [g] 62 Węglowodany ogółem [g] 291,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 suma cukrów prostych [g] 78,5 Sól [g] 6,4 Cholesterol [mg] 326,9 Sód [mg] 2 557,6
	dieta bezmleczna	Wartość energetyczna[kcal] 2 188,3 Białko ogółem [g] 120 Tłuszcz [g] 60,2 Węglowodany ogółem [g] 312,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 suma cukrów prostych [g] 66,8 Sól [g] 6 Cholesterol [mg] 315,5 Sód [mg] 2 431
	dieta bogatobiałkowa	Wartość energetyczna[kcal] 2 439,3 Białko ogółem [g] 144,9 Tłuszcz [g] 69,9 Węglowodany ogółem [g] 325,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2 suma cukrów prostych [g] 83,2 Sól [g] 7,8 Cholesterol [mg] 358,7 Sód [mg] 3 104,8

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-18 poniedziałek	dieta wegetariańska	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ŻYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Papryka 100 g Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Hummus z suszonymi pomidorami 50 g (SEZ) Sałata 10 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (MLE, SEL) Pulpety warzywne z kaszą gotowane 100 g Bukiet warzyw 80 g Kasza gryczana gotowana 170 g Surówka wielowarzywna 120 g Sos jasny 80 g (MLE, GLU)		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ŻYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g pasta z tuńczyka z natką pietruszki 90 g (RYB) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek 100 g Sałata 10 g	Banan 1 szt
	dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 50 g (GLU) Cukier 5 g Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) pierś wędzona drobiowa 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Pasta wielowarzywna 90 g Pomidor bs 100 g Sałata 10 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) szynka jubileuszowa 30 g (SEL, SOJ, GOR) Masło śmietankowe 5 g (MLE)	Kompot owocowy 300 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (MLE, SEL) Klopsik wieprzowy gotowany 100 g (MIĘ) Bukiet warzyw 180 g Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Sos jasny 80 g (MLE, GLU)	Wafle ryżowe 50 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 60 g (GLU) Cukier 5 g Twaróg chudy 90 g (MLE) pasta z tuńczyka z natką pietruszki 90 g (RYB) Pomidor bs 100 g Sałata 10 g	Banan 1 szt

		SUMA
2026-05-18 poniedziałek	dieta wegetariańska	Wartość energetyczna[kcal] 2 371,9 Białko ogółem [g] 117,8 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 317,4 Błonnik pokarmowy [g] 40,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 83,9 Sól [g] 6,8 Cholesterol [mg] 935 Sód [mg] 2 437
	dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Wartość energetyczna[kcal] 2 379,3 Białko ogółem [g] 140,6 Tłuszcz [g] 67,9 Węglowodany ogółem [g] 319,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 suma cukrów prostych [g] 79 Sól [g] 7,6 Cholesterol [mg] 350,7 Sód [mg] 3 041,8

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-18 poniedziałek	dieta twardostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pasta wielowarzywna 90 g pierś wędzona drobiowa 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 10 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g Sałata 10 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (MLE, SEL) Klopsik wieprzowy gotowany 100 g (MIĘ) Bukiet warzyw 180 g Kompot owocowy 300 ml Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Sos jasny 80 g (MLE, GLU)		Twaróg chudy 90 g (MLE) pasta z tuńczyka z natką pietruszki 90 g (RYB) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 10 g (MLE) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g Sałata 10 g	Banan 1 szt
	dieta wysokoenergetyczna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Papryka 100 g Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Hummus z suszonymi pomidorami 50 g (SEZ) Sałata 10 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Pasta wielowarzywna 50 g	Kompot owocowy 300 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (MLE, SEL) Klopsik wieprzowy gotowany 100 g (MIĘ) Surówka wielowarzywna 120 g Bukiet warzyw 80 g Kasza gryczana gotowana 170 g Sos jasny 80 g (MLE, GLU)	Jogurt naturalny 100 g (MLE) Wafle ryżowe 50 g	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g pasta z tuńczyka z natką pietruszki 90 g (RYB) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek 100 g Sałata 10 g	Banan 1 szt
	dieta bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g (ORZ, SOJ, SEZ) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Cukier 5 g Papryka 100 g Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Hummus z suszonymi pomidorami 50 g (SEZ) Sałata 10 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (MLE, SEL) Kasza gryczana gotowana 170 g Klopsik wieprzowy gotowany 100 g (MIĘ) Surówka wielowarzywna 120 g Bukiet warzyw 80 g Sos jasny b/g 80 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo bezglutenowe 120 g (ORZ, SOJ, SEZ) Cukier 5 g pasta z tuńczyka z natką pietruszki 90 g (RYB) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek 100 g Sałata 10 g	Banan 1 szt

		SUMA
2026-05-18 poniedziałek	dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wartość energetyczna[kcal] 2 110,4 Białko ogółem [g] 132,2 Tłuszcz [g] 53,7 Węglowodany ogółem [g] 291,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 suma cukrów prostych [g] 78,5 Sól [g] 6,4 Cholesterol [mg] 302,1 Sód [mg] 2 556,6
	dieta wysokoenergetyczna	Wartość energetyczna[kcal] 2 754,1 Białko ogółem [g] 152,6 Tłuszcz [g] 97,5 Węglowodany ogółem [g] 336,9 Błonnik pokarmowy [g] 41 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,5 suma cukrów prostych [g] 87,8 Sól [g] 7,7 Cholesterol [mg] 1 043,9 Sód [mg] 2 801,1
	dieta bezglutenowa	Wartość energetyczna[kcal] 2 268,4 Białko ogółem [g] 128,1 Tłuszcz [g] 123,4 Węglowodany ogółem [g] 179 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 suma cukrów prostych [g] 77,8 Sól [g] 4,4 Cholesterol [mg] 1 003,7 Sód [mg] 1 535,5

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-19 wtorek	dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Ogórki kiszzone 100 g płatki ryżowe na mleku 350 ml (MLE) Paszтет drobiowy 50 g szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) Sałata 10 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (MLE, SEL) Udko z kurczaka duszone 150 g Mizeria 120 g (MLE) Marchewka z groszkiem 80 g Ryż gotowany 170 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Schab gotowany 40 g Szynkowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pomidor 100 g	Kefir 150 ml (MLE)
	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 100 g (ZYT) Ogórki kiszzone 100 g płatki ryżowe na mleku 350 ml (MLE) szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) Paszтет drobiowy 50 g Sałata 10 g	Pieczywo razowe 50 g (ZYT) Masło śmietankowe 5 g (MLE) wędlina krakowska 30 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ)	Kompot owocowy 300 ml Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (MLE, SEL) Udko z kurczaka duszone 150 g Mizeria 180 g (MLE) Ryż brązowy 170 g	galaretka b/c 200 g	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 120 g (ZYT) Schab gotowany 40 g Pomidor 100 g Szynkowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ)	Kefir 150 ml (MLE)

		SUMA
2026-05-19 wtorek	dieta podstawowa	Wartość energetyczna[kcal] 2 556 Białko ogółem [g] 152,4 Tłuszcz [g] 90,6 Węglowodany ogółem [g] 299,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 suma cukrów prostych [g] 53,6 Sól [g] 7,3 Cholesterol [mg] 484,6 Sód [mg] 2 680
	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość energetyczna[kcal] 2 667,5 Białko ogółem [g] 163,1 Tłuszcz [g] 106,6 Węglowodany ogółem [g] 286 Błonnik pokarmowy [g] 42,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,3 suma cukrów prostych [g] 45,5 Sól [g] 8,8 Cholesterol [mg] 532 Sód [mg] 3 252,6

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-19 wtorek	dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 50 g (GLU) Cukier 5 g Pomidor bs 100 g płatki ryżowe na mleku 350 ml (MLE) szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) kiełbasa biała parzona 40 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Sałata 10 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (MLE, SEL) Udko z kurczaka duszone 150 g Marchewka z groszkiem 180 g Ryż gotowany 170 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Cukier 5 g Schab gotowany 40 g Pomidor bs 100 g schab wieprzowy - sękacz 40 g (MIĘ)	Kefir 150 ml (MLE)
	dieta bezmleczna	Płatki ryżowe na wodzie 350 ml schab wieprzowy - sękacz 40 g (MIĘ) szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) Pomidor bs 100 g Margaryna roślinna 15 g Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g Sałata 10 g		zupa z fasolki szparagowej b/ml 350 ml (SEL) Marchewka z groszkiem 180 g Kompot owocowy 300 ml Udko z kurczaka duszone 150 g Ryż gotowany 170 g		Schab gotowany 40 g schab wieprzowy - sękacz 40 g (MIĘ) Pomidor bs 100 g Margaryna roślinna 15 g Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Mus owocowy 150 g

		SUMA
2026-05-19 wtorek	dieta łatwostrawna	Wartość energetyczna [kcal] 2 458,8 Białko ogółem [g] 137,9 Tłuszcz [g] 86,2 Węglowodany ogółem [g] 296,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 suma cukrów prostych [g] 47,6 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 395,2 Sód [mg] 1 915,3
	dieta bezmleczna	Wartość energetyczna [kcal] 2 163,6 Białko ogółem [g] 124,6 Tłuszcz [g] 71,4 Węglowodany ogółem [g] 270,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 suma cukrów prostych [g] 41,8 Sól [g] 4,9 Cholesterol [mg] 384 Sód [mg] 1 839

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-19 wtorek	dieta bogatobiałkowa	płatki ryżowe na mleku 350 ml (MLE) kiełbasa biała parzona 40 g (MLE, GLU, SEL, GOR) szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g Sałata 10 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) wędlina krakowska 30 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ)	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (MLE, SEL) Udko z kurczaka duszone 150 g Marchewka z groszkiem 180 g Kompot owocowy 300 ml Ryż gotowany 170 g	Galaretka owocowa 200 g	schab wieprzowy - sękacz 40 g (MIĘ) Schab gotowany 40 g Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Kefir 150 ml (MLE)
	dieta wegetariańska	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Ogórki kiszzone 100 g płatki ryżowe na mleku 350 ml (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Wędlina wege 40 g Sałata 10 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (MLE, SEL) Potrawka warzywna z ciecierzycą 180 g Marchewka z groszkiem 80 g Mizeria 120 g (MLE) Ryż gotowany 170 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Twaróg chudy 90 g (MLE) Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Pomidor 100 g	Kefir 150 ml (MLE)

		SUMA
2026-05-19 wtorek	dieta bogatobiałkowa	Wartość energetyczna[kcal] 2 755,6 Białko ogółem [g] 153,9 Tłuszcz [g] 100,2 Węglowodany ogółem [g] 324,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,8 suma cukrów prostych [g] 48,2 Sól [g] 6,9 Cholesterol [mg] 442,6 Sód [mg] 2 464,4
	dieta wegetariańska	Wartość energetyczna[kcal] 2 427,4 Białko ogółem [g] 114,7 Tłuszcz [g] 85,4 Węglowodany ogółem [g] 316,3 Błonnik pokarmowy [g] 39,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 suma cukrów prostych [g] 60,5 Sól [g] 5,8 Cholesterol [mg] 858,2 Sód [mg] 1 658,1

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-19 wtorek	dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Cukier 5 g płatki ryżowe na mleku 350 ml (MLE) szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) kielbasa biała parzona 40 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Pomidor bs 100 g Sałata 10 g	Bułka wrocławska 50 g (GLU) wędlina krakowska 30 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Masło śmietankowe 5 g (MLE)	Kompot owocowy 300 ml Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Udko z kurczaka duszone 150 g Marchewka z groszkiem 180 g Ryż gotowany 170 g	Biszkopty 50 g (GLU, JAJ)	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 120 g (GLU) Cukier 5 g schab wieprzowy - sękacz 40 g (MIĘ) Schab gotowany 40 g Pomidor bs 100 g	Kefir 150 ml (MLE)
	dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	płatki ryżowe na mleku 350 ml (MLE) kielbasa biała parzona 40 g (MLE, GLU, SEL, GOR) szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 10 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g Sałata 10 g		Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (MLE, SEL) Udko z kurczaka duszone 150 g Marchewka z groszkiem 180 g Kompot owocowy 300 ml Ryż gotowany 170 g		schab wieprzowy - sękacz 40 g (MIĘ) Schab gotowany 40 g Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 10 g (MLE) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Kefir 150 ml (MLE)

		SUMA
2026-05-19 wtorek	dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Wartość energetyczna[kcal] 2 919,3 Białko ogółem [g] 152,3 Tłuszcz [g] 100,3 Węglowodany ogółem [g] 365,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,4 suma cukrów prostych [g] 45,5 Sól [g] 6,6 Cholesterol [mg] 498,6 Sód [mg] 2 453,3
	dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wartość energetyczna[kcal] 2 384 Białko ogółem [g] 137,9 Tłuszcz [g] 77,9 Węglowodany ogółem [g] 296,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 47,5 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 370,4 Sód [mg] 1 914,3

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-19 wtorek	dieta wysokoenergetyczna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Ogórki kiszzone 100 g płatki ryżowe na mleku 350 ml (MLE) szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) Paszтет drobiowy 50 g Sałata 10 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) wędlina krakowska 30 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ)	Kompot owocowy 300 ml Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (MLE, SEL) Udko z kurczaka duszone 150 g Mizeria 120 g (MLE) Marchewka z groszkiem 80 g Ryż gotowany 170 g	Galaretka owocowa 200 g Biszkopty 50 g (GLU, JAJ)	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Schab gotowany 40 g Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Pomidor 100 g	Kefir 150 ml (MLE)
	dieta bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g (ORZ, SOJ, SEZ) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Cukier 5 g Ogórki kiszzone 100 g płatki ryżowe na mleku 350 ml (MLE) szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) Ser żółty 50 g (MLE) Sałata 10 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (MLE, SEL) Udko z kurczaka duszone 150 g Mizeria 120 g (MLE) Marchewka z groszkiem 80 g Ryż gotowany 170 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo bezglutenowe 120 g (ORZ, SOJ, SEZ) Cukier 5 g Schab gotowany 40 g Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Pomidor 100 g	Kefir 150 ml (MLE)

		SUMA
2026-05-19 wtorek	dieta wysokoenergetyczna	Wartość energetyczna[kcal] 3 171,3 Białko ogółem [g] 180,7 Tłuszcz [g] 121,1 Węglowodany ogółem [g] 357,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,2 suma cukrów prostych [g] 54,2 Sól [g] 7,6 Cholesterol [mg] 1 268 Sód [mg] 2 900,1
	dieta bezglutenowa	Wartość energetyczna[kcal] 2 585,2 Białko ogółem [g] 139,4 Tłuszcz [g] 149,2 Węglowodany ogółem [g] 186,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 suma cukrów prostych [g] 50,7 Sól [g] 3,8 Cholesterol [mg] 1 098,4 Sód [mg] 1 245,2

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-20 środa	dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Ogórek świeży 100 g Kasza kukurydziana na mleku 350 g (MLE) wędlina kaliska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, ORZ ARACH, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) twarożek z suszonymi pomidorami 90 g (MLE)		Kompot owocowy 300 ml zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Surówka z pora i jabłka 120 g Brokuł gotowany 80 g pieczeń wieprzowa duszona 100 g (MIĘ) Sos ziołowy 80 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g wędlina krakowska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Pomidor 100 g	Jogurt naturalny 100 g (MLE)
	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 100 g (ZYT) Ogórek świeży 100 g Kasza kukurydziana na mleku 350 g (MLE) twarożek z suszonymi pomidorami 90 g (MLE) wędlina kaliska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, ORZ ARACH, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ)	Pieczywo razowe 50 g (ZYT) Masło śmietankowe 5 g (MLE) schab wieprzowy - sękacz 30 g (MIĘ)	Kompot owocowy 300 ml zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Surówka z pora i jabłka 180 g Sos ziołowy 80 g pieczeń wieprzowa duszona 100 g (MIĘ)	Jabłko 1 szt	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 120 g (ZYT) wędlina krakowska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pomidor 100 g Jajko gotowane 2 szt (JAJ)	Jogurt naturalny 100 g (MLE)

		SUMA
2026-05-20 środa	dieta podstawowa	Wartość energetyczna[kcal] 2 424,1 Białko ogółem [g] 135,1 Tłuszcz [g] 86,5 Węglowodany ogółem [g] 296,3 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5 suma cukrów prostych [g] 66,8 Sól [g] 7,3 Cholesterol [mg] 952,3 Sód [mg] 2 174,5
	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość energetyczna[kcal] 2 686 Białko ogółem [g] 144,4 Tłuszcz [g] 93,4 Węglowodany ogółem [g] 347 Błonnik pokarmowy [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,9 suma cukrów prostych [g] 89,9 Sól [g] 8,1 Cholesterol [mg] 977,3 Sód [mg] 2 512

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-20 środa	dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 50 g (GLU) Cukier 5 g Pomidor bs 100 g Kasza kukurydziana na mleku 350 g (MLE) twarożek z suszonymi pomidorami 90 g (MLE) wędlina kaliska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, ORZ ARACH, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ)		Kompot owocowy 300 ml zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Brokuł gotowany 180 g pieczeń wieprzowa duszona 100 g (MIĘ) Sos ziołowy 80 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Cukier 5 g wędlina krakowska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pomidor bs 100 g Szynkowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ)	Jogurt naturalny 100 g (MLE)
	dieta bezmleczna	Kasza kukurydziana na wodzie 350 g schab wieprzowy - sękacz 40 g (MIĘ) szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) Pomidor bs 100 g Margaryna roślinna 15 g Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g		zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Brokuł gotowany 180 g Kompot owocowy 300 ml Ziemniaki gotowane 170 g Sos ziołowy b/m 50 g pieczeń wieprzowa duszona 100 g (MIĘ)		szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) Schab gotowany 40 g Pomidor bs 100 g Margaryna roślinna 15 g Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Sok wielowarzywny 200 ml (SEL)

		SUMA
2026-05-20 środa	dieta łatwostrawna	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 163,9 Białko ogółem [g] 123,7 Tłuszcz [g] 73,3 Węglowodany ogółem [g] 265,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 suma cukrów prostych [g] 45,2 Sól [g] 7,9 Cholesterol [mg] 301,3 Sód [mg] 2 468,4
	dieta bezmleczna	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 894,2 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 55,8 Węglowodany ogółem [g] 253,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 suma cukrów prostych [g] 39,2 Sól [g] 6,5 Cholesterol [mg] 248,8 Sód [mg] 2 561,8

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-20 środa	dieta bogatobiałkowa	Kasza kukurydziana na mleku 350 g (MLE) wędlina kaliska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, ORZ ARACH, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) twarożek z suszonymi pomidorami 90 g (MLE) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) schab wieprzowy - sękacz 30 g (MIĘ)	zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Brokuł gotowany 180 g Kompot owocowy 300 ml Sos ziołowy 80 g pieczeń wieprzowa duszona 100 g (MIĘ)	Mus owocowy 150 g	Szynkowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) wędlina krakowska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Jogurt naturalny 100 g (MLE)
	dieta wegetariańska	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Ogórek świeży 100 g Kasza kukurydziana na mleku 350 g (MLE) twarożek z suszonymi pomidorami 90 g (MLE) Wędlina wege 40 g		Kompot owocowy 300 ml zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Surówka z pora i jabłka 120 g Brokuł gotowany 80 g Sos ziołowy 80 g Pulpety warzywne z kaszą gotowane 100 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Twarożek 90 g (MLE) Serek topiony 90 g (MLE) Pomidor 100 g	Jogurt naturalny 100 g (MLE)

2026-05-20 środa	dieta bogatobiałkowa	<p>SUMA</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 407 Białko ogółem [g] 134,4 Tłuszcz [g] 79,7 Węglowodany ogółem [g] 302,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 suma cukrów prostych [g] 53,5 Sól [g] 8,5 Cholesterol [mg] 326,3 Sód [mg] 2 705,2</p>
	dieta wegetariańska	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 259,3 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 72,9 Węglowodany ogółem [g] 319,7 Błonnik pokarmowy [g] 48,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6 suma cukrów prostych [g] 72,8 Sól [g] 5,2 Cholesterol [mg] 140,8 Sód [mg] 1 480,5</p>

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-20 środa	dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Cukier 5 g Kasza kukurydziana na mleku 350 g (MLE) twarożek z suszonymi pomidorami 90 g (MLE) wędlina kaliska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, ORZ ARACH, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pomidor bs 100 g	Bułka wrocławska 50 g (GLU) schab wieprzowy - sękacz 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (MLE)	Kompot owocowy 300 ml zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Brokuł gotowany 180 g Sos ziołowy 80 g pieczeń wieprzowa duszona 100 g (MIĘ)	Herbatniki 50 g (MLE, GLU)	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Bułka wrocławska 120 g (GLU) Cukier 5 g Szynkowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) wędlina krakowska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pomidor bs 100 g	Jogurt naturalny 100 g (MLE)
	dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza kukurydziana na mleku 350 g (MLE) wędlina kaliska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, ORZ ARACH, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) twarożek z suszonymi pomidorami 90 g (MLE) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 10 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g		zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Brokuł gotowany 180 g Kompot owocowy 300 ml Sos ziołowy 80 g pieczeń wieprzowa duszona 100 g (MIĘ)		Szynkowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) wędlina krakowska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 10 g (MLE) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Herbata 400 ml Cukier 5 g	Jogurt naturalny 100 g (MLE)

		SUMA
2026-05-20 środa	dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Wartość energetyczna[kcal] 2 607,5 Białko ogółem [g] 139,2 Tłuszcz [g] 92,1 Węglowodany ogółem [g] 318 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,1 suma cukrów prostych [g] 47,2 Sól [g] 8,4 Cholesterol [mg] 327,8 Sód [mg] 2 942,4
	dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wartość energetyczna[kcal] 2 089,1 Białko ogółem [g] 123,6 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 265,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 suma cukrów prostych [g] 45,2 Sól [g] 7,9 Cholesterol [mg] 276,5 Sód [mg] 2 467,4

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-05-20 środa	dieta wysokoenergetyczna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g Ogórek świeży 100 g Kasza kukurydziana na mleku 350 g (MLE) twarożek z suszonymi pomidorami 90 g (MLE) wędlina kaliska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, ORZ ARACH, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ)	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) schab wieprzowy - sękacz 30 g (MIĘ)	Kompot owocowy 300 ml zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Surówka z pora i jabłka 120 g Brokuł gotowany 80 g Sos ziołowy 80 g pieczeń wieprzowa duszona 100 g (MIĘ)	Jabłko 1 szt Herbatniki 50 g (MLE, GLU)	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (ZYT) Bułka wrocławska 15 g (GLU) Cukier 5 g wędlina krakowska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Szynkowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pomidor 100 g	Jogurt naturalny 100 g (MLE)
	dieta bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g (ORZ, SOJ, SEZ) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Cukier 5 g Ogórek świeży 100 g Kasza kukurydziana na mleku 350 g (MLE) twarożek z suszonymi pomidorami 90 g (MLE) pierś wędzona drobiowa 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR)		Kompot owocowy 300 ml zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Surówka z pora i jabłka 120 g Brokuł gotowany 80 g Sos ziołowy b/g 50 g pieczeń wieprzowa duszona 100 g (MIĘ)		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo bezglutenowe 120 g (ORZ, SOJ, SEZ) Cukier 5 g szynka jubileuszowa 40 g (SEL, SOJ, GOR) Twarożek 90 g (MLE) Pomidor 100 g	Jogurt naturalny 100 g (MLE)

		SUMA
2026-05-20 środa	dieta wysokoenergetyczna	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 753,7 Białko ogółem [g] 141,2 Tłuszcz [g] 87,2 Węglowodany ogółem [g] 374 Błonnik pokarmowy [g] 49,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,4 suma cukrów prostych [g] 90,6 Sól [g] 9 Cholesterol [mg] 327,8 Sód [mg] 3 147,5
	dieta bezglutenowa	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 984,6 Białko ogółem [g] 106,5 Tłuszcz [g] 101,7 Węglowodany ogółem [g] 177,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 suma cukrów prostych [g] 66,2 Sól [g] 3,9 Cholesterol [mg] 250,8 Sód [mg] 1 270,1