

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2026-07-27 poniedziałek	GRAND_Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana)l 300 ml (MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (MLEKO) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g JABŁKO (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM (koper, włoszczyzna, śmietana, mąka pszenna, makaron) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) WIEPRZOWINA PO WĘGERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, koncentrat pomidorowy) 200 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA b/cukru (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) POMIDOR 50 g KIELKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	MLEKO UHT WANILIOWE 200ML 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 509,3 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 96,4 Węglowodany ogółem [g] 328,7 Sód [mg] 3 027,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,6 suma cukrów prostych [g] 69,9
	Dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana)l 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g SZPIŃNAK BABY 2 g SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM (koper, włoszczyzna, śmietana, mąka pszenna, makaron) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g (GLUTEN, SOJA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt KIELKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 313 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 81,4 Węglowodany ogółem [g] 315,5 Sód [mg] 3 082,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,4 suma cukrów prostych [g] 68,5
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt JABŁKO (120g) 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SEZAM)	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM (koper, włoszczyzna, śmietana, mąka pszenna, makaron) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) WIEPRZOWINA PO WĘGERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, koncentrat pomidorowy) 150 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) POMIDOR 50 g LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 345,7 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 95,7 Węglowodany ogółem [g] 295 Sód [mg] 3 565,4 Błonnik pokarmowy [g] 41,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,2 suma cukrów prostych [g] 29,9

2026-07-28 wtorek	GRAND_Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA TWAROGOWO - RYBNA (ser biały, tuńczyk, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g BRZOSKWINIA 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA)		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (MLEKO, SELER) KOTLET MIELONY PIECZONY (łopatka wp., cebula, jajka kl.M, bułka tarta, olej) 2 [Por] x 100 g (GLUTEN, JAJA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA (marchew, seler, olej rzepakowy) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 60 g LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 3 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 521,5 Białko ogółem [g] 116,5 Tłuszcz [g] 85,6 Węglowodany ogółem [g] 344 Sód [mg] 3 955,7 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 56,6
	Dieta łatwastrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA TWAROGOWO - RYBNA (ser biały, tuńczyk, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g GALARETKA OWOCOWA 150 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (MLEKO, SELER) LENIWE GOTOWANE (kluski leniwe) 300 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) SOS TRUSKAWKOWY (truskawki, maślanka) 100 ml (MLEKO) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 50 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt BURAKI GOTOWANE PASTRY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 150 g	Energia [kcal] 2 364,7 Białko ogółem [g] 107,4 Tłuszcz [g] 77,3 Węglowodany ogółem [g] 324 Sód [mg] 2 676,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,7 suma cukrów prostych [g] 74,8
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA TWAROGOWO - RYBNA (ser biały, tuńczyk, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (MLEKO, SELER) KOTLET MIELONY PIECZONY (łopatka wp., cebula, jajka kl.M, bułka tarta, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA b/cukru (marchew, seler, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 50 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 193,2 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 83,2 Węglowodany ogółem [g] 282,6 Sód [mg] 4 382,2 Błonnik pokarmowy [g] 41,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,5 suma cukrów prostych [g] 24,4

2026-07-29 środa	GRAND_Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 100 g (SOJA, GORCZYCA) POMIDOR 50 g SZPINAK BABY 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZALEWAJKA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, barszcz biały, chrzan,mleko, cebula) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SO2) PIEROGI RUSKIE GOTOWANE (mąka pszenna, twaróg biały, ziemniaki) 7 szt (GLUTEN, MLEKO) CEBULA ZASMAŻANA (cebulka, majeranek, olej rzepakowy) 30 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, ziola) 50 g (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	PALUSZKI Z SEZAMEM 70G 1 szt (GLUTEN, SEZAM)	Energia [kcal] 2 448,5 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 67,4 Węglowodany ogółem [g] 357,6 Sód [mg] 3 865,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32 suma cukrów prostych [g] 39
	Dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 100 g (SOJA, GORCZYCA) SZPINAK BABY 2 g RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 024,5 Białko ogółem [g] 87,7 Tłuszcz [g] 42 Węglowodany ogółem [g] 337,1 Sód [mg] 3 220,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,2 suma cukrów prostych [g] 63
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) POMIDOR 50 g SZPINAK BABY 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA BULGUR GOTOWANA 200 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, ziola) 50 g (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 038,7 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 54,8 Węglowodany ogółem [g] 289,6 Sód [mg] 3 208,5 Błonnik pokarmowy [g] 44,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,1 suma cukrów prostych [g] 42,7
2026-07-30 czwartek	GRAND_Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (GLUTEN, SOJA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 60 g JABŁKO (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA FASOLOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasola Jaś, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,kielbasa domow,mąka, cebula) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 2 [Por] x 150 g MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEM KISZONYM (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, olej rzepakowy) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) SER TOPIONY 17,5g 1 szt (MLEKO) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt POMIDOR 50 g CUKIER 5 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 732,3 Białko ogółem [g] 121,7 Tłuszcz [g] 94,3 Węglowodany ogółem [g] 323,5 Sód [mg] 3 622,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,8 suma cukrów prostych [g] 43,2

2026-07-30 czwartek	Dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PLAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA) DZEM OWOCOWY 25g 1 szt MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 150 g SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) SZPINAK BABY 2 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 219,6 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 57,8 Węglowodany ogółem [g] 337,3 Sód [mg] 2 834,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,1 suma cukrów prostych [g] 64,3	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA Z CIECIERZYCY Z SUSZONYMI POMIDORAMI 50 g (SELER, SO2) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g JABŁKO (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz., fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, ziel. pietruszka, olej rzepakowy) 150 g (GORCZYCA)	ZUPA FASOLOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasola Jaś, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, kielbasa domow, mąka, cebula) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 150 g MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEM KISZONYM (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, olej rzepakowy) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) POMIDOR 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 640,1 Białko ogółem [g] 111,1 Tłuszcz [g] 84,3 Węglowodany ogółem [g] 372,3 Sód [mg] 3 771,7 Błonnik pokarmowy [g] 67 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5 suma cukrów prostych [g] 27
2026-07-31 piątek	GRAND_Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIONIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt (JAJA) SAŁATKA Z OGÓRKA KISZONEGO I PAPRYKI (ogórek kiszony, papryka konserwowa) 50 g (GORCZYCA) POMARAŃCZA (150g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA MINISTRONE (ziemniaki, włoszczyzna, kapusta biała, kalafior, fasolka, brokuł, przecier pomidorowy) 400 ml (GLUTEN, SELER) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morskczuka, jajka, mąka, bułka tarta) 2 [Por] x 80 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona pietruszka) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 100 g (MLEKO) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g KIELKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK ŚMIETANKOWY (20g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 227,4 Białko ogółem [g] 100,9 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 317,2 Sód [mg] 2 623,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,2 suma cukrów prostych [g] 51,3
	Dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (JAJA, GORCZYCA) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g MUS OWOCOWY (100g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JEĆZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jećzmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morskczuka, tymianek, sól) 100 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) MARMOLADA 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g KIELKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK ŚMIETANKOWY (20g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 243,5 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 336,9 Sód [mg] 2 048,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,6 suma cukrów prostych [g] 84,6

2026-07-31 piątek	Dieta z ogr. łatwo przysw. węg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (JAJA, GORCZYCA) POMARAŃCZA (150g) 1 szt SAŁATKA Z OGÓRKA KISZONEGO I PAPRYKI (ogórek kiszony, papryka konserwowa) 50 g (GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK WIEJSKI (150g) 1 szt (MLEKO)	ZUPA MINISTRONE (ziemniaki, włoszczyzna, kapusta biała, kalafior, fasolka, brokuł, przecier pomidorowy) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 100 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŠTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona, pietruszka, ksylitol) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 100 g (MLEKO) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g KIELKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 247,7 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 78,9 Węglowodany ogółem [g] 294,1 Sód [mg] 3 009,8 Błonnik pokarmowy [g] 40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,3 suma cukrów prostych [g] 36,6
	GRAND_Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 80 g (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDOR 50 g ROSZPONKA 5 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 2 [Por] x 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDA (ogórek kiszony, cebula, musztarda) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) BIANKA PIERS GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (SELER, GORCZYCA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 292,6 Białko ogółem [g] 112,1 Tłuszcz [g] 68,1 Węglowodany ogółem [g] 312,7 Sód [mg] 4 087,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,5 suma cukrów prostych [g] 46,8	
	Dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) ROSZPONKA 5 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) BIANKA PIERS GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (SELER, GORCZYCA) SZPINAK BABY 2 g SAŁATA LODOWA 10 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 059,4 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 46,4 Węglowodany ogółem [g] 331 Sód [mg] 2 443,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,3 suma cukrów prostych [g] 64,3	
2026-08-01 sobota	Dieta z ogr. łatwo przysw. węg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDOR 50 g ROSZPONKA 5 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	ZUPA BARSZCZ UKRAIŃSKI (buraki, kapusta biała, ziemniaki, fasola Jaś, marchew, pietruszka, seler, cebula, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDA (ogórek kiszony, cebula, musztarda) 200 g (GORCZYCA)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) BIANKA PIERS GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (SELER, GORCZYCA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA LODOWA 10 g SZPINAK BABY 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 1 955,4 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 60,9 Węglowodany ogółem [g] 268,3 Sód [mg] 4 652,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,1 suma cukrów prostych [g] 28,2

2026-08-02 niedziela	GRAND_Dieta podstawowa	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 2 szt (JAJA) SZYNKA DEBOWA (wp.) 50 g (SOJA) SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt NEKTARYNKA 100 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 2 [Por] x 150 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMIŃIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATKA Z BURACZKA (burak, jabłko, olej rzepakowy, cukier) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (MLEKO) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 814 Białko ogółem [g] 120,2 Tłuszcz [g] 109,3 Węglowodany ogółem [g] 306,8 Sód [mg] 3 744,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,6 suma cukrów prostych [g] 70,6	
	Dieta łatwa	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 50 g (SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 4 g MUS OWOCOWY (100g) 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO)	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 150 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMIŃIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (MLEKO) SZPINAK BABY 2 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 141,2 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 61 Węglowodany ogółem [g] 303 Sód [mg] 2 387,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27 suma cukrów prostych [g] 71,9	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) SZYNKA DEBOWA (wp.) 50 g (SOJA) SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt NEKTARYNKA 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 150 g SOS PIECZARKOWY (pieczarki, cebula, mąka pszenna, śmietana) 100 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMIŃIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, jabłko, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (MLEKO) POMIDOR 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 599,9 Białko ogółem [g] 106,6 Tłuszcz [g] 106 Węglowodany ogółem [g] 296,9 Sód [mg] 3 893,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,6 suma cukrów prostych [g] 40,8
2026-08-03 poniedziałek	GRAND_Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SALAMI (kielbasa wp-wol., drobno rozdrobniona, dojrzewająca, wędzona, parzona) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) POMIDOR 60 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMIŃIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) SOS BOŁOŃSKI Z WARZYWAMI DUSZONY (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 300 g (GLUTEN) MAKARON PEŁNOZIARNISTY PENNE GOTOWANY 200 g SURÓWKA COLESŁAW (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, cukier) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (OZI, SELER, GORCZYCA) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz., fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, ziel. pietruszka, olej rzepakowy) 80 g (GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY (20g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 881,9 Białko ogółem [g] 114,8 Tłuszcz [g] 108,7 Węglowodany ogółem [g] 353,5 Sód [mg] 3 462,4 Błonnik pokarmowy [g] 54,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,9 suma cukrów prostych [g] 49,5

2026-08-03 poniedziałek	Dieta łatwa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 30 g (MLEKO) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g ROSZPONKA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKE) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g (GLUTEN, SOJA) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POLEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (OZI, SELER, GORCZYCA) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 2g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5g	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	Energia [kcal] 2 181,5 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 47,9 Węglowodany ogółem [g] 324,1 Sód [mg] 2 140,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,4 suma cukrów prostych [g] 67,3
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 30 g (MLEKO) POMIDOR 60 g ROSZPONKA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) SOS BOLONSKI Z WARZYWAMI DUSZONY (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 200 g (GLUTEN) MAKARON PEŁNOZIARNISTY PENNE GOTOWANY 200 g SURÓWKA COLESŁAW DROBNO SIEKANA B/CIUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, ksylitol) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SOZ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POLEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (OZI, SELER, GORCZYCA) SALATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz.,fasola czerwona,groszek zielony,ciecierzycy,ziel. pietruszka,olej rzepakowy) 50 g (GORCZYCA) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 2 342,3 Białko ogółem [g] 108,8 Tłuszcz [g] 66,6 Węglowodany ogółem [g] 308,7 Sód [mg] 2 893,4 Błonnik pokarmowy [g] 51,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,9 suma cukrów prostych [g] 23,8
2026-08-04 wtorek	GRAND_Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g SALATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 150 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA POROWA Z CZERWONĄ KAPUSTĄ (por, kapusta czerwona, marchew, jogurt naturalny, olej rzepakowy, ocet, sól, cukier) 200 g (MLEKO) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PLAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 60 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g KIEŁKI 2g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 351,7 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 77,2 Węglowodany ogółem [g] 322 Sód [mg] 2 975 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,8 suma cukrów prostych [g] 58,8
	Dieta łatwa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 100 g (RYBA) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g SALATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, brokuł, marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PLAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 2g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 061,3 Białko ogółem [g] 83,6 Tłuszcz [g] 47,8 Węglowodany ogółem [g] 348,6 Sód [mg] 2 029,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,3 suma cukrów prostych [g] 57,7

2026-08-04 wtorek	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskzczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 100 g (RYBA) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA POROWA Z CZERWONĄ KAPUSTĄ (por, kapusta czerwona, marchew, jogurt naturalny, olej rzepakowy, ocet, sól, cukier) 200 g (MLEKO) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PLĄT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 205 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 68,7 Węglowodany ogółem [g] 319,2 Sód [mg] 3 109,8 Błonnik pokarmowy [g] 46,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,4 suma cukrów prostych [g] 40,3
	GRAND_Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) SER ŻOŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g (MLEKO) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 60 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 200 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI drobnotarta (marchew, olej rzepakowy, cukier, sok z cytryny) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 100 g (MLEKO) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 60 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ARBUZ (150g) 150 g	Energia [kcal] 2 537,9 Białko ogółem [g] 137 Tłuszcz [g] 82,7 Węglowodany ogółem [g] 331,2 Sód [mg] 3 135,8 Błonnik pokarmowy [g] 45,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,5 suma cukrów prostych [g] 42,9	
2026-08-05 środa	Dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) MIOD 25g 1 szt LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt SZPINAK BABY 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 100 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g KALAFIOR GOTOWANY Z WODY Z KOPERKIEM (kalafior, koperek, olej rzepak.) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 100 g (MLEKO) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g RUKOLA 5 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ARBUZ (150g) 150 g	Energia [kcal] 2 101,6 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 51,5 Węglowodany ogółem [g] 326,6 Sód [mg] 2 657,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,8 suma cukrów prostych [g] 38,4	

2026-08-05 środa	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) SER ŻOŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g (MLEKO) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK WIEJSKI (150g) 1 szt (MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 100 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI b/c drobnotarta (marchew, olej rzepakowy, sok z cytryny, ksylitol) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 100 g (MLEKO) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 2 293,9 Białko ogółem [g] 121,9 Tłuszcz [g] 86,7 Węglowodany ogółem [g] 274,3 Sód [mg] 3 500,9 Błonnik pokarmowy [g] 41,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,6 suma cukrów prostych [g] 19,3
	GRAND_Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TOPIONY 50g 0,5 szt (MLEKO) SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 80 g ROSZPONKA 5 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta biała, kielbasa wp., marchew, seler, pietruszka, przecier pomidorowy) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 200 g (GLUTEN, SELER) RYŻ WIELOZIARNSTY GOTOWANY (ryż brazowy, ryż biały) 200 g SURÓWKA COLESŁAW (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, cukier) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 100 g (SOJA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 435,2 Białko ogółem [g] 103,9 Tłuszcz [g] 98,1 Węglowodany ogółem [g] 299,2 Sód [mg] 5 153,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,8 suma cukrów prostych [g] 49,1
	Dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt KIEŁKI 4 g ROSZPONKA 5 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZIEMNIA CZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 150 g (GLUTEN, SELER) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g MARCHEWKA BABY gotowana 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 80 g (SOJA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt PIETRUSZKA GOTOWANA PŁASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 100 g RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 088,6 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 59,1 Węglowodany ogółem [g] 328,6 Sód [mg] 3 089,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3 suma cukrów prostych [g] 60,7
2026-08-06 czwartek	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TOPIONY 50g 0,5 szt (MLEKO) SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g ROSZPONKA 5 g HERBATA (250ml) 1 szt	MIX SAŁAT Z POMIDOREM I SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, pomidor, olej rzepakowy, słonecznik) 100 g	ZUPA KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta biała, kielbasa wp., marchew, seler, pietruszka, przecier pomidorowy) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 150 g (GLUTEN, SELER) RYŻ BRAZOWY GOTOWANY 200 g SURÓWKA COLESŁAW B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, ksylitol) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 80 g (SOJA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 189,4 Białko ogółem [g] 93,3 Tłuszcz [g] 94 Węglowodany ogółem [g] 260,6 Sód [mg] 4 699,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34 suma cukrów prostych [g] 22,1

2026-08-07 piątek	GRAND_Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (JAJA, GORCZYCA) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morszczuka,jajka,mąka,bulka tarta) 80 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA KOPENHASKA (kap. biała, sał. lodowa, ogórek kiszony, marchew, cebula, natka pietruszki, jogurt nat., musztarda) 200 g (MLEKO, GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 100 g (MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POMIDOR 60 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 039 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 66,1 Węglowodany ogółem [g] 286,5 Sód [mg] 2 795,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28 suma cukrów prostych [g] 37,3
	Dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (JAJA, GORCZYCA) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g RUKOLA 4 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 100 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (MLEKO) MIÓD 25g 1 szt SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g ROSZPONKA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SOCZEK B/CIUKRU 200ml 1 szt	Energia [kcal] 2 154,8 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 58,3 Węglowodany ogółem [g] 343,6 Sód [mg] 1 994,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,1 suma cukrów prostych [g] 39,8
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (JAJA, GORCZYCA) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g JABŁKO (120g) 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 100 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA KOPENHASKA (kap. biała, sał. lodowa, ogórek kiszony, marchew, cebula, natka pietruszki, jogurt nat., musztarda) 200 g (MLEKO, GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 100 g (MLEKO) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g POMIDOR 60 g KIELKI 2 g	CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 100 g
2026-08-08 sobota	GRAND_Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z RYZEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g POMIDOR 60 g SAŁATA LODOWA 10 g KIELKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, przecier pomidorowy) 200 g (GLUTEN, JAJA) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 80 g OGÓREK KISZONY TALARKI 60 g (GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 320,5 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 66,3 Węglowodany ogółem [g] 342,9 Sód [mg] 4 259,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,7 suma cukrów prostych [g] 47

2026-08-08 sobota	Dieta łatwastrawna	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, przecier pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 108,4 Białko ogółem [g] 84,3 Tłuszcz [g] 49,1 Węglowodany ogółem [g] 343,8 Sód [mg] 3 496,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,9 suma cukrów prostych [g] 50,6
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) KIEŁKI 2 g POMIDOR 60 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) STEK WP. Z CEBULKĄ PIECZONY (łopatka wp., cebula, mąka pszenna) 100 g (JAJA) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SUROWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (MLEKO) OGÓREK KISZONY TALARKI 60 g (GORCZYCA) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)
2026-08-09 niedziela	GRAND_Dieta podstawowa	CHAŁKA 100G 0,2 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SÉREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 100 g (MLEKO) KREM ORZECHOWO-KAKAOWY 20G 1 szt (MLEKO) BRZOSKWINIA 1 szt KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 2 [Por] x 150 g MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 50 g (MLEKO) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 60 g SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY (20g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 708,4 Białko ogółem [g] 123,7 Tłuszcz [g] 79,6 Węglowodany ogółem [g] 343,7 Sód [mg] 2 408,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,8 suma cukrów prostych [g] 98,8
	Dieta łatwastrawna	CHAŁKA 100G 0,2 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SÉREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 100 g (MLEKO) KREM ORZECHOWO-KAKAOWY 20G 1 szt (MLEKO) MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 100 g KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 150 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY (20g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 377,3 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 65,1 Węglowodany ogółem [g] 349 Sód [mg] 2 324,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,9 suma cukrów prostych [g] 96,4

2026-08-09 niedziela	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (GLUTEN, SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) POMIDOR 60 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK WIEJSKI (150g) 1 szt (MLEKO)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 150 g MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, jabłko, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 60 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WEDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 2 245,2 Białko ogółem [g] 113,4 Tłuszcz [g] 74,2 Węglowodany ogółem [g] 269,8 Sód [mg] 4 341,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 26,1
----------------------	----------------------------------	--	---	--	---	--	---