

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2026-08-10 poniedziałek	GRAND_Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDÓR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM (pieczarki, marchew, seler, pietruszka, makaron, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) WIEPRZOWINA PÓ WĘGIERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, przecier pomidorowy) 200 g (GLUTEN) KASZA GRZYCZANA GOTOWANA 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda) 200 g (SELER, 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 POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW (fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JABŁKO (120g) 1 szt	Energia [kcal] 2 345 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 73,9 Węglowodany ogółem [g] 340,3 Sód [mg] 3 281 Błonnik pokarmowy [g] 44,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,6 suma cukrów prostych [g] 41
	Dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ DROBIOWO-WARZYWNY KROJONY W KOSTKĘ (filet z kurczaka, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 150 g (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) 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) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO)	Energia [kcal] 2 124,7 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 59 Węglowodany ogółem [g] 322 Sód [mg] 2 725,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 42,3
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDÓR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM (pieczarki, marchew, seler, pietruszka, makaron, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) WIEPRZOWINA PÓ WĘGIERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, przecier pomidorowy) 150 g (GLUTEN) KASZA GRZYCZANA GOTOWANA 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA b/cukru (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda,ksylitol) 200 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER ŻOŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g (MLEKO) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW (fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 2 417,9 Białko ogółem [g] 115,2 Tłuszcz [g] 92,5 Węglowodany ogółem [g] 300,1 Sód [mg] 3 459 Błonnik pokarmowy [g] 45,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,1 suma cukrów prostych [g] 20,6

2026-08-11 wtorek	GRAND_Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 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) 100 g (RYBA, MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	ZUPA NEAPOLIŃSKA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, ser topiony, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GOŁĄBKI BEZ ZAWIJANIA (łopatka wp., kapusta biała, ryż, przyprawy, olej, jajka) 150 g (JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA (marchew, 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) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 100 g (SOJA, SELER) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 15 g BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 557,8 Białko ogółem [g] 110,9 Tłuszcz [g] 93,6 Węglowodany ogółem [g] 319,9 Sód [mg] 3 940,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,1 suma cukrów prostych [g] 57,8
	Dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 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) 100 g (RYBA, MLEKO) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (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) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER) SEREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 50 g (MLEKO) ROŚZPONKA 5 g BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 142,3 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany ogółem [g] 302,6 Sód [mg] 2 346,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,5 suma cukrów prostych [g] 65,9
	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) 100 g (RYBA, MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA B/CUKRU (marchew, 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 KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) ROŚZPONKA 5 g BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g HERBATA B/C 200 ml	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)
2026-08-12 środa	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) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 60 g (SOJA, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 2 Por (MLEKO) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 60 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, ogórki kiszane, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 150 g SOS SEROWO - PAPRYKOWY (ser topiony, mleko, mąka pszenna, przyprawy) 100 g (GLUTEN, MLEKO) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z DWÓCH KAPUST (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, musztarda, olej, cukier) 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) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 15 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	POMARAŃCZA (150g) 1 szt	Energia [kcal] 2 461,7 Białko ogółem [g] 112,7 Tłuszcz [g] 88,2 Węglowodany ogółem [g] 326,5 Sód [mg] 5 022,6 Błonnik pokarmowy [g] 42,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,5 suma cukrów prostych [g] 46,8

2026-08-12 środa	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) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 30 g (SOJA, GORCZYCA) SZPINAK BABY 2 g SZCZYPIOREK 5g 1 Por LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (GLUTEN) SOS TRUSKAWKOWY (truskawki, maślanka) 100 ml (MLEKO) SER BIAŁY DO MAKARONU (ser biały półtłusty) 150 g (MLEKO) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 30 g (SOJA) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 1 998,2 Białko ogółem [g] 88,9 Tłuszcz [g] 46 Węglowodany ogółem [g] 320,4 Sód [mg] 2 322,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,7 suma cukrów prostych [g] 73,6
	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) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 100 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt SZCZYPIOREK 5g 1 Por HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, chleb graham 30g, masło10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMIAKAMI (ziemniaki, ogórki kiszzone, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) FILET Z PIERSI KURCZAKA PIECZONY 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z DWÓCH KAPUST B/CUKRU (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, musztarda, olej rzepakowy, ksylitol) 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) 50 g (SOJA) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 15 g HERBATA (250ml) 1 szt	POMARAŃCZA (150g) 1 szt	Energia [kcal] 2 331,3 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 73,7 Węglowodany ogółem [g] 331,2 Sód [mg] 4 361,1 Błonnik pokarmowy [g] 53,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,3 suma cukrów prostych [g] 25,5
2026-08-13 czwartek	GRAND_Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 80 g (SOJA) POMIDOR 60 g SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g NEKTARYNKA 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KREM BROKUŁOWY (brokuły, ziemniaki, pietruszka, śmietana) 400 ml SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 150 g SOS MUSZTARDOWY Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (musztarda, natka pietruszki, margaryna, mąka pszenna, cukier) 100 ml (GLUTEN, GORCZYCA) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ (kapusta pekińska, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, 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) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TOPIONY 17,5g 1 szt (MLEKO) KIELKI 2 g ROSZPONKA 5 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY (20g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 354 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 84,3 Węglowodany ogółem [g] 307,4 Sód [mg] 3 947,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 55
	Dieta łatwastrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) 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) 80 g (MLEKO) GALARETKA OWOCOWA 150 g SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g MIOD 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KREM BROKUŁOWY (brokuły, ziemniaki, pietruszka, śmietana) 400 ml UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 150 g SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, mąka pszenna, ziola) 100 ml (GLUTEN) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g 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) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) ROSZPONKA 5 g KIELKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	Energia [kcal] 2 307 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 59,7 Węglowodany ogółem [g] 350,2 Sód [mg] 2 254,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,3 suma cukrów prostych [g] 70,4

2026-08-13 czwartek	Dieta z ogr. łatwo przysw. węg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK ZE SZCZYPIONIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 100 g (MLEKO) POMIDOR 50 g SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g JABŁKO (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 100 g	ZUPA KREM BROKUŁOWY (brokuły, ziemniaki, pietruszka, śmietana) 400 ml SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS MUSZTARDOWY Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (musztarda, natka pietruszki, margaryna, mąka pszenna, cukier) 100 ml (GLUTEN, GORCZYCA) RYŻ WIELOZIARNISTY GOTOWANY (ryż brązowy, ryż biały) 200 g SUROWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ B/CUKRU (kapusta pekińska, marchew, jabłko, natka pietruszki, 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 PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) SAŁATKA SZWEDZKA 50 g KIELKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 037,4 Białko ogółem [g] 87,2 Tłuszcz [g] 67,4 Węglowodany ogółem [g] 284,6 Sód [mg] 3 206,6 Błonnik pokarmowy [g] 40,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,6 suma cukrów prostych [g] 33,9
	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 SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (JAJA, GORCZYCA) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 60 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 15 g ARBUZ (150g) 150 g	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morszczuka, jajka, mąka, bułka tarta) 80 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SUROWKA Z KAPUSTY KISZONEJ DROBNO SIEKANA (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, 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 100 g (MLEKO) POMIDOR 60 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 194,8 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 80,5 Węglowodany ogółem [g] 291,9 Sód [mg] 2 439,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,6 suma cukrów prostych [g] 36,9	
	Dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (JAJA, GORCZYCA) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 15 g MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) RUKOLA 2 g ARBUZ (150g) 150 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 100 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, skrobina) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (MLEKO) MARMOLADA 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt SZPINAK BABY 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 287,8 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 63,4 Węglowodany ogółem [g] 354,8 Sód [mg] 2 176,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 75,2	
2026-08-14 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) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 60 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 15 g ARBUZ (150g) 150 g	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 100 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SUROWKA Z KAPUSTY KISZONEJ DROBNO SIEKANA (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej rzepakowy, zielona, pietruszka) 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 BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (MLEKO) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 405,1 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 98,1 Węglowodany ogółem [g] 289,3 Sód [mg] 2 677 Błonnik pokarmowy [g] 38,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,1 suma cukrów prostych [g] 27,5

2026-08-15 sobota	GRAND_Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka)l 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 80 g (SOJA, MLEKO, SELER) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g POMIDOR 50 g JABŁKO (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (topatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, przecier pomidorowy) 2 [Por] x 100 g (GLUTEN, JAJA) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, 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 DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 230,5 Białko ogółem [g] 113,2 Tłuszcz [g] 56,1 Węglowodany ogółem [g] 327,8 Sód [mg] 3 181,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27 suma cukrów prostych [g] 52,7
	Dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka)l 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO, SELER) SAŁATKA BROKUŁOWA Z SZYNKĄ I JAJKIEM (brokul, szynka drobiowa, jajka, majonez) 50 g (JAJA, SOJA, GORCZYCA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 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) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (topatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JEĆZMIENNA 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 DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 30 g (MLEKO) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt KIELKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 001,6 Białko ogółem [g] 89,4 Tłuszcz [g] 54,4 Węglowodany ogółem [g] 297,7 Sód [mg] 2 970 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,2 suma cukrów prostych [g] 45,8
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO, SELER) SAŁATKA BROKUŁOWA Z SZYNKĄ I JAJKIEM (brokul, szynka drobiowa, jajka, majonez) 50 g (JAJA, SOJA, GORCZYCA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, mix 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SEZAM)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (topatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SUROWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA b/cukru (kapusta biała, marchew, jablko, cebula, musztarda, olej rzepakowy, ksylitol) 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) 30 g (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)
2026-08-16 niedziela	GRAND_Dieta podstawowa	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 60 g (SOJA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) POMIDOR 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt JABŁKO (120g) 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA PIECZONY 100 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SUROWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDĄ (ogórek kiszony, 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 POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	CIASTO DROŻDŻOWE 80 g (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 082,6 Białko ogółem [g] 82,1 Tłuszcz [g] 64,8 Węglowodany ogółem [g] 306,5 Sód [mg] 4 286,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,8 suma cukrów prostych [g] 44,8

2026-08-16 niedziela	Dieta łatwa	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 60 g (SOJA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) MIOD 25g 1 szt LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (piers z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g BROKUŁ Z MARCHEWKĄ BABY GOTOWANE (brokuł, marchewka baby, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	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 (GLUTEN, SOJA, MLEKO) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g BROKUŁ Z MARCHEWKĄ BABY GOTOWANE (brokuł, marchewka baby, olej rzepakowy) 200 g CUKIER 5 g	CIASTO DROŻDŻOWE 80 g (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 154,1 Białko ogółem [g] 82,3 Tłuszcz [g] 58,6 Węglowodany ogółem [g] 342,3 Sód [mg] 3 011,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 40,4
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 60 g (SOJA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SEZAM)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA PIECZONY 100 g ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDA (ogórek kiszony, 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 POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 155,8 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 275,1 Sód [mg] 4 425,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,3 suma cukrów prostych [g] 18,2
2026-08-17 poniedziałek	GRAND_Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 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) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g SZCZYPIOREK 5g 1 Por RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 100 g HERBATA (250ml) 1 szt		ZUPA FASOLKOWA Z ZIEMIANKAMI (fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) WIEPRZOWINA PO MEKSYKAŃSKU (łopatka wp., fasola czerwona, kukurydza, papryka, cebula, przecier pomidorowy, skrobia, olej) 200 g (GLUTEN, GORCZYCA) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g SURÓWKA WIELOWARZYNNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda) 200 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 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) 50 g (SOJA) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g (MLEKO) POMIDOR 50 g RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 313,9 Białko ogółem [g] 105,7 Tłuszcz [g] 87,4 Węglowodany ogółem [g] 295,2 Sód [mg] 3 552,6 Błonnik pokarmowy [g] 36,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,2 suma cukrów prostych [g] 29
	Dieta łatwa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 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) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KREM Z MARCHWI (marchew, ziemniaki, pietruszka, seler, kurkuma, cukier) 400 g (SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g (GLUTEN, SOJA) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g BUKIET WARZEW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 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) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 035,1 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 64,9 Węglowodany ogółem [g] 289,7 Sód [mg] 2 870,5 Błonnik pokarmowy [g] 23 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,7 suma cukrów prostych [g] 44,9

2026-08-17 poniedziałek	Dzieta z ogr. łatwo przysw. węg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g 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, SOJA, MLEKO, SEZAM)	ZUPA FASOLKOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) WIEPRZOWINA PO MEKSYKAŃSKU (lopotka wp., fasola czerwona, kukurydza, papryka, cebula, przecier pomidorowy, skrobia, olej) 150 g (GLUTEN, GORCZYCA) RYŻ BRAZOWY GOTOWANY 200 g SURÓWKA WIELOWARZYSTWA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda) 200 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 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) 50 g (SOJA) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) POMIDOR 50 g RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 159,2 Białko ogółem [g] 92,5 Tłuszcz [g] 84,4 Węglowodany ogółem [g] 274,2 Sód [mg] 3 688,4 Błonnik pokarmowy [g] 43,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,6 suma cukrów prostych [g] 17,4
	GRAND_Dzieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 400 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 100 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KREM ORZECHOWO-KAKAOOWY 20G 1 szt (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZIELONE MINESTRONE (cukinia, brokuł, fasolka szparagowa, ziemniaki, koperek, natka pietruszki) 400 ml KARCZEK PIECZONY W SOSIE WŁASNYM (karczek b/k wp., cebula, mąka pszenna, 130 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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) KARCZEK PIECZONY W SOSIE WŁASNYM (karczek b/k wp., cebula, mąka pszenna, 130 g (GLUTEN) rozdrobniona, dojrzewająca, wędzona, parzona) 80 g KIELKI 2 g ROSZPONKA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	BRZOSKWINIA 1 szt	Energia [kcal] 2 632,2 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 113,5 Węglowodany ogółem [g] 326 Sód [mg] 3 425,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,2 suma cukrów prostych [g] 78,3
	Dzieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 400 ml (GLUTEN, 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.) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskizuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 50 g (RYBA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, kalafior, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZONY KOTLET DROBIOWY (mięso drobiowe mielone, jajka kl.M, przyprawy) 100 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g ROSZPONKA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 048,2 Białko ogółem [g] 81,9 Tłuszcz [g] 56,2 Węglowodany ogółem [g] 321,8 Sód [mg] 2 298 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,8 suma cukrów prostych [g] 49,2
2026-08-18 wtorek	Dzieta łatwo przysw. węg.	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.) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskizuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 50 g (RYBA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SEZAM)	ZUPA ZIELONE MINESTRONE (cukinia, brokuł, fasolka szparagowa, ziemniaki, koperek, natka pietruszki) 400 ml KARCZEK PIECZONY W SOSIE WŁASNYM (karczek b/k wp., cebula, mąka pszenna, 100 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g ROSZPONKA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	Energia [kcal] 2 112,8 Białko ogółem [g] 75,6 Tłuszcz [g] 79,3 Węglowodany ogółem [g] 288,8 Sód [mg] 2 724,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 28,9

2026-08-19 środa	GRAND_Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) SŁŹPKI WARZYW (ogórek zielony, papryka, seler naciowy) obrany warzywa 60 g ROSZPONKA 2 g POMARAŃCZA (150g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 150 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) 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) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 50 g (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 313,5 Białko ogółem [g] 118,4 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 321,5 Sód [mg] 3 934 Błonnik pokarmowy [g] 36 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,3 suma cukrów prostych [g] 61,6
	Dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) KALAFIOR GOTOWANY (kalafior, olej rzepakowy) 50 g ROSZPONKA 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) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JEĆZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MARCHEWKA GOTOWANA PLASTRY KARBOWANE (marchew, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 30 g (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt KIELKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 020,2 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 50,2 Węglowodany ogółem [g] 317 Sód [mg] 3 631,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,8 suma cukrów prostych [g] 61
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) SŁŹPKI WARZYW (ogórek zielony, papryka, seler naciowy) obrany warzywa 60 g ROSZPONKA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SEZAM)	ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA COLESŁAW B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, ksylitol) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 30 g (JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 172,4 Białko ogółem [g] 112,6 Tłuszcz [g] 79,9 Węglowodany ogółem [g] 263,2 Sód [mg] 3 578,3 Błonnik pokarmowy [g] 36,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 20,6

2026-08-20 czwartek	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) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) SER ŻOŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) MIX SAŁAT Z POMIDOREM I SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, pomidor, olej rzepakowy, słonecznik) 80 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEŃ DROBIOWA - WIEPRZOWA (łopatka wp., mięso z uda z kurczaka, jajka, bułka tarta) 2 [Por] x 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS ŻURKOWY (barszcz baly, cebula, śmietana, majeranek) 100 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SAŁATKA Z BURACZKA (burak, jabłko, olej rzepakowy, cukier) 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) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 80 g (SOJA, MLEKO, SELER) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1.Por (MLEKO) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 328,1 Białko ogółem [g] 105,9 Tłuszcz [g] 79,8 Węglowodany ogółem [g] 308,7 Sód [mg] 3 589,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,6 suma cukrów prostych [g] 60,4
	Dieta łatwostrawna	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) SER BIAŁY POŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 15 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS JARZYŃOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g KALAFIOR GOTOWANY (kalafior, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO, SELER) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 011 Białko ogółem [g] 78,9 Tłuszcz [g] 60,7 Węglowodany ogółem [g] 286,7 Sód [mg] 2 484,6 Błonnik pokarmowy [g] 25 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,7 suma cukrów prostych [g] 40,1
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER ŻOŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g (MLEKO) MIX SAŁAT Z POMIDOREM I SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, pomidor, olej rzepakowy, słonecznik) 80 g HERBATA (250ml) 1 szt SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO)	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM)	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 150 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SUROWKA Z RZODKIEWKI BIAŁEJ B/CUKRU drobno tarta (rzodkiew biała, marchew, jogurt naturalny, ksylitol) 200 g (MLEKO) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 80 g (SOJA, MLEKO, SELER) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)
2026-08-21 piątek	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) JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIONIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt (JAJA) PAPRYKA ŚWIEŻA 30 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g MUS OWOCOWY (100g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morszczuka,jajka,mąka,bułka tarta) 80 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SUROWKA Z KAPUSTY 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) TWAROŻEK ZE SZCZYPIONIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 100 g (MLEKO) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY (20g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 282,6 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 75,9 Węglowodany ogółem [g] 321,4 Sód [mg] 2 196,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 57,6

2026-08-21 piątek	Dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) FILET Z DORSZA GOTOWANY (dorsz) 100 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 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) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKA (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY (20g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 251,8 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 54,6 Węglowodany ogółem [g] 347,6 Sód [mg] 2 300,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26 suma cukrów prostych [g] 71,3
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węg.	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) 50 g (SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) PAPRYKA ŚWIEŻA 30 g SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g KISIEL B/CUKRU (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) FILET Z DORSZA GOTOWANY (dorsz) 100 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona, pietruszka, ksylitol) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKA (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 2 353,1 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 85,9 Węglowodany ogółem [g] 296,8 Sód [mg] 2 851,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,7 suma cukrów prostych [g] 31,2
2026-08-22 sobota	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) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) POMIDOR 50 g LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, 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) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) 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) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 40 g (MLEKO) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g KIEŁKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 270,9 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 83,9 Węglowodany ogółem [g] 300,5 Sód [mg] 3 614,7 Błonnik pokarmowy [g] 35 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,9 suma cukrów prostych [g] 44,9
	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) SZYNKA PIECZONA (wp.) 100 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, 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) 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) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 30 g (MLEKO) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 5 g KIEŁKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 112,7 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 311,2 Sód [mg] 3 449,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29 suma cukrów prostych [g] 53,8

2026-08-22 sobota	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 ŻOŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, 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) SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA (marchew, seler, olej rzepakowy) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	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 BIAŁY PÓŁTŁUSTY 30 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g KIELKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 198,4 Białko ogółem [g] 89,3 Tłuszcz [g] 87,2 Węglowodany ogółem [g] 279,3 Sód [mg] 3 897,2 Błonnik pokarmowy [g] 40,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 24,6
	GRAND_Dieta podstawowa	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 50 g (SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt JABŁKO (120g) 1 szt	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) GYRÓS DROBIOWO - WIEPRZOWY (udziec z kurczaka, łopatka wp., marchew, papryka mroż., fasolka szp., przyprawy) 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY CZERWONEJ (kapusta czerwona, jabłko, olej rzepakowy, cukier, sok z cytryny) 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) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	POMARAŃCZA (150g) 1 szt	Energia [kcal] 2 234,6 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 72,1 Węglowodany ogółem [g] 316,6 Sód [mg] 3 380,2 Błonnik pokarmowy [g] 38,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27 suma cukrów prostych [g] 55,7	
	Dieta łatwostrawna	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) 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) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g	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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g 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) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	Energia [kcal] 2 257 Białko ogółem [g] 82,4 Tłuszcz [g] 63,2 Węglowodany ogółem [g] 338,5 Sód [mg] 2 796,6 Błonnik pokarmowy [g] 30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,7 suma cukrów prostych [g] 81,6	
2026-08-23 niedziela	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 50 g (SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt POMARAŃCZA (150g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, chleb graham 30g, masło10g) 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 GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 150 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY CZERWONEJ (kapusta czerwona, jabłko, olej rzepakowy, cukier, sok z cytryny) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL B/CUKRU (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	Energia [kcal] 2 379,2 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 80,7 Węglowodany ogółem [g] 310,5 Sód [mg] 3 467,5 Błonnik pokarmowy [g] 40,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,4 suma cukrów prostych [g] 39,1