

Poniedziałek 26.05.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Bułka graham-100g (gluten) Masło -10g (mleko) Pasta z ciecierzycy i suszonych pomidorów-50g Ser żółty- 40g (mleko) Pomidor- 80g Mix sałat- 20g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Bułka graham-100g (gluten) Masło -10g (mleko) Pasta z ciecierzycy i suszonych pomidorów-50g Ser żółty- 40g (mleko) Pomidor- 80g Mix sałat- 20g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z ciecierzycy i suszonych pomidorów-50g Serek bieluch- 40g (mleko) Pomidor- 80g Mix sałat- 20g
II śniadanie	Banan- 1 szt	Banan- 1 szt	Banan- 1 szt
Obiad	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa jarzynowa z ziemniakami - 400ml (mleko seler) Kluski śląskie- 200g (gluten) Karczek pieczony z cebulką w sosie kminkowym –100g Sałatka szwedzka -150g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa jarzynowa z ziemniakami - 400ml (mleko seler) Kluski śląskie- 200g (gluten) Karczek pieczony z cebulką w sosie kminkowym –100g Sałatka szwedzka -150g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa jarzynowa z ziemniakami - 400ml (mleko, seler) Kluski śląskie- 200g (gluten) Karczek pieczony w warzywach–100g Marchewka gotowana-150g
Kolacja	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z jaj z koperkiem-100g (jaja, mleko) Sałata rzymska-30g Ogórek świeży b/s- 70g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Masło – 10g (mleko) Pasta z jaj z koperkiem-100g (jaja, mleko) Sałata rzymska-30g Ogórek świeży b/s- 70g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z jaj z koperkiem-100g (jaja, mleko) Sałata rzymska-30g Ogórek świeży b/s- 70g
Posiłek dodatkowy	Fit ciasteczko zbożowe b/c- 50g (gluten, mleko)	Fit ciasteczko zbożowe b/c- 50g (gluten, mleko)	Fit ciasteczko zbożowe b/c- 50g (gluten, mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2532 W: 318.8 / B: 99.3 T: 104.3 Tł. nasycone: 33.7 Cukry ogółem: 57.1 Na: 4421.3	Kcal: 2504 W: 318.8 / B: 98.4 T: 103.2 Tł. nasycone: 33.3 Cukry ogółem: 53.1 Na: 4380.7	Kcal: 2388 W: 326.7 / B: 91.9 T: 84.8 Tł. nasycone: 28.9 Cukry ogółem: 57.6 Na: 2500.9

Wtorek 27.05.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr.łatwo przyswajalnych Węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kakao na mleku -250ml (mleko) Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasztet z cukinii –100g (gluten, jaja, seler) Mix sałat- 20g Pomidor-80g	Kakao na mleku -250ml (mleko) Chleb graham - 100g (gluten, sezam) Masło – 10g (mleko) Pasztet z cukinii –100g (gluten, jaja, seler) Mix sałat- 20g Pomidor-80g	Kakao na mleku -250ml (mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasztet z cukinii –100g (gluten, jaja, seler) Mix sałat- 20g Pomidor-80g
II Śniadanie	Kefir-200ml (mleko)	Kefir-200ml (mleko)	Kefir-200ml (mleko)
Obiad	Woda butelkowana-500ml Zupa brokułowa z makaronem-400ml (mleko, gluten, jaja, seler) Filet z kurczaka faszerowany szpinakiem 120g Ziemniaki gotowane-200g Buraczki tarte z jabłkiem- 150g	Woda butelkowana-500ml Zupa brokułowa z makaronem-400ml (mleko, gluten, jaja, seler) Filet z kurczaka faszerowany szpinakiem 120g Ziemniaki gotowane-200g Buraczki tarte z jabłkiem- 150g	Woda butelkowana-500ml Zupa brokułowa z makaronem-400ml (mleko, gluten, jaja, seler) Filet z kurczaka faszerowany szpinakiem -120g Ziemniaki gotowane-200g Buraczki tarte z jabłkiem- 150g
Kolacja	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło – 10g (masło) Smalczyk z fasoli-50g Polędwica sopocka-40g (soja) Papryka konserwowa-70g Roszponka-10g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham -100g (gluten, sezam) Masło – 10g (masło) Smalczyk z fasoli-50g Polędwica sopocka-40g (soja) Papryka konserwowa-70g Roszponka-10g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (masło) Pasta z marchewki z rozmarynem-50g Polędwica sopocka-40g (soja) Pomidor-80g Roszponka-10g
Posiłek dodatkowy	Pieczyno „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) Serek almette- 1 op (30g) (mleko)	Pieczyno „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) Serek almette- 1 op (30g) (mleko)	Pieczyno „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) Serek almette- 1 op (30g) (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2241 W: 289.9 / B: 103.6 T: 79.3 Tł. nasycone: 27.3 Cukry ogółem: 65.3 Na: 4076.6	Kcal: 2185 W: 289.9 / B: 101.8 T: 77.1 Tł. nasycone: 26.5 Cukry ogółem: 57.3 Na: 3995.4	Kcal: 2264 W: 280.1 / B: 100.8 T: 86.4 Tł. nasycone: 28.7 Cukry ogółem: 70.2 Na: 3122.8

Środa 28.05.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku -250ml (mleko, gluten) Bułka graham – 100g(gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z pieczonej papryki słonecznika -50g Wędlina z indyka-40g (soja) Pomidor -80g Sałata lodowa-30g	Kawa zbożowa na mleku -250ml (mleko, gluten) Bułka graham – 100g(gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z pieczonej papryki słonecznika -50g Wędlina z indyka-40g (soja) Pomidor -80g Sałata lodowa-30g	Kawa zbożowa na mleku -250ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z pieczonej papryki słonecznika -50g Wędlina z indyka-40g (soja) Pomidor -80g Sałata lodowa-30g
II Śniadanie	Sałatka owocowa-150g	Sałatka owocowa-150g	Sałatka owocowa-150g
Obiad	Kompot owocowy - 250ml Zupa pieczarkowa z ziemniakami - 400ml (mleko, seler) Pierogi ukraińskie-350g (gluten, jaja, mleko) Surówka z marchewki i brzoskwini-150g	Kompot owocowy - 250ml Zupa pieczarkowa z ziemniakami - 400ml (mleko, seler) Pierogi ukraińskie-350g (gluten, jaja, mleko) Surówka z marchewki i brzoskwini-150g	Kompot owocowy - 250ml Zupa jarzynowa z ziemniakami - 400ml (mleko, seler) Pierogi ukraińskie-350g (gluten, jaja, mleko) Surówka z marchewki i brzoskwini-150g
Kolacja	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło – 10g (masło) Pasta z twarogu i makreli-90g (ryba, mleko) Ogórek świeży b/s- 70g Mix sałat-20g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham - 100g (gluten, sezam) Masło – 10g (masło) Pasta z twarogu i makreli-90g (ryba, mleko) Ogórek świeży b/s- 70g Mix sałat-20g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (masło) Pasta z twarogu i makreli-90g (ryba, mleko) Ogórek świeży b/s- 70g Mix sałat-20g
Posiłek dodatkowy	Mus owocowy- 120g	Mus owocowy- 120g	Mus owocowy- 120g
Wartości odżywcze	Kcal: 2230 W: 288.4 / B: 113.3 T: 78.1 Tf. nasycone: 29.6 Cukry ogółem: 54.0 Na: 2891.5	Kcal: 2202 W: 288.4 / B: 112.4 T: 77.0 Tf. nasycone: 29.2 Cukry ogółem: 50.0 Na: 2850.9	Kcal: 2125 W: 266.5 / B: 106.6 T: 73.8 Tf. nasycone: 27.4 Cukry ogółem: 53.6 Na: 2959.0

Czwartek 29.05.25	Dieta podstawowa	Dieta z ograniczonymi przyswajalnymi węglowodanami (CUKRZYCOWA)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kakao na mleku -250ml (mleko) Chleb graham-70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka jarzynowa- 80g (seler, jajo, mleko) Kiełbasa krakowska-40g (gluten) Sałata rzymska-30g	Kakao na mleku -250ml (mleko) Chleb graham-100g (gluten, sezam) Masło – 10g (mleko) Sałatka jarzynowa- 80g (seler, jajo, mleko) Kiełbasa krakowska-40g (gluten) Sałata rzymska-30g	Kakao na mleku -250ml (mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka jarzynowa 80g (seler, jajo, mleko) Kiełbasa krakowska-40g (gluten) Sałata rzymska-30g
II Śniadanie	Jabłko- 1 szt	Jabłko- 1 szt	Jabłko- 1 szt
Obiad	Woda butelkowana- 500ml Rosół z makaronem-400ml (seler, gluten, jajo) Klopsiki drobiowe w sosie warzywnym – 100g + 50g sos (jajo, seler, gluten) Kasza bulgur -200g (gluten) Surówka z pora, marchwi i jabłka - 150g (mleko)	Woda butelkowana- 500ml Rosół z makaronem-400ml (seler, gluten, jajo) Klopsiki drobiowe w sosie warzywnym – 100g + 50g sos (jajo, seler, gluten) Kasza bulgur -200g (gluten) Surówka z pora, marchwi i jabłka - 150g (mleko)	Woda butelkowana- 500ml Rosół z makaronem-400ml (seler, gluten, jajo) Klopsiki drobiowe w sosie warzywnym – 100g + 50g sos (jajo, seler, gluten) Kasza bulgur -200g (gluten) Marchewka gotowana-150g
Kolacja	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło – 10g (mleko) Frankfurterki wp-100g (soja) Ogórek świeży b/s- 70g Mix sałat- 20g Ketchup-30g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Masło – 10g (mleko) Frankfurterki wp-100g (soja) Ogórek świeży b/s- 70g Mix sałat- 20g Ketchup-30g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Frankfurterki wp-100g (soja) Ogórek świeży b/s- 70g Mix sałat- 20g Ketchup-30g
Posiłek dodatkowy	Serek homogenizowany-150g (mleko)	Serek homogenizowany-150g (mleko)	Serek homogenizowany-150g (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2477 W: 322.1 / B: 103.3 T: 92.4 Tł. nasycone: 34.9 Cukry ogółem: 91.9 Na: 4349.6	Kcal: 2421 W: 322.1 / B: 101.5 T: 90.2 Tł. nasycone: 34.1 Cukry ogółem: 83.9 Na: 4268.4	Kcal: 2376 W: 305.6 / B: 102.5 T: 86.7 Tł. nasycone: 34.8 Cukry ogółem: 86.8 Na: 4439.0

Piątek 30.05.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Bułka graham – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka z ryżu z tuńczyka w s/w z kukurydzą, rukolą i jogurtem-150g (mleko, ryba) Sałata lodowa- 30g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Bułka graham – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka z ryżu z tuńczyka w s/w z kukurydzą, rukolą i jogurtem-150g (mleko, ryba) Sałata lodowa- 30g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka– 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka z ryżu z tuńczyka w s/w z pomidorkami, rukolą i jogurtem-150g (mleko, ryba) Sałata lodowa- 30g
II Śniadanie	Wafle ryżowe-30g	Wafle ryżowe-30g	Wafle ryżowe-30g
Obiad	Kompot owocowy - 250ml Krem z zielonego groszku z razowymi grzankami – 400ml (gluten, mleko, seler) Łosoś zapiekany z warzywami w sosie koperkowym -100g (ryba, mleko, seler) Ziemniaki gotowane – 200g Surówka z marchwi i brzoskwini-150g	Kompot owocowy - 250ml Krem z zielonego groszku z razowymi grzankami – 400ml (gluten, mleko, seler) Łosoś zapiekany z warzywami w sosie koperkowym - 100g (ryba, mleko, seler) Ziemniaki gotowane – 200g Surówka z marchwi i brzoskwini -150g	Kompot owocowy - 250ml Zupa ziemniaczana- 400ml (mleko, seler) Łosoś zapiekany z warzywami w sosie koperkowym -100g (ryba, mleko, seler) Ziemniaki gotowane – 200g Surówka z marchwi i brzoskwini -150g
Kolacja	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham – 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny-30g (gluten) Masło -10g (mleko) Hummus-40g (sezam) Pasta twarogowa z koperkiem-50g (mleko) Rukola- 10g Ogórek kiszony- 70g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Masło -10g (mleko) Hummus-40g (sezam) Pasta twarogowa z koperkiem-50g (mleko) Rukola- 10g Ogórek kiszony- 70g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Hummus-40g (sezam) Pasta twarogowa z koperkiem-50g (mleko) Rukola- 10g Pomidor-80g
Posiłek dodatkowy	Chlebek bananowy ze słodzikiem-100g (gluten, jaja, mleko)	Chlebek bananowy ze słodzikiem-100g (gluten, jaja, mleko)	Chlebek bananowy ze słodzikiem-100g (gluten, jaja, mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2676 W: 344.8 / B: 105.3 T: 102.7 Tł. nasycone: 28.1 Cukry ogółem: 62.8 Na: 2973.3	Kcal: 2620 W: 344.8 / B: 103.5 T: 100.5 Tł. nasycone: 27.3 Cukry ogółem: 54.8 Na: 2892.1	Kcal: 2622 W: 354.3 / B: 99.7 T: 94.0 Tł. nasycone: 31.7 Cukry ogółem: 66.0 Na: 2530.1

Sobota 31.05.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta łatwostrawna z ogr.tł i z ogr.sub.pob.wydz. soków żołądkowych
Śniadanie	Kakao na mleku -250ml (mleko) Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło-10g (mleko) Galaretka drobiowa z warzywami- 100g (seler, jajko) Polędwica sopocka-25g (soja) Papryka konserwowa-70g	Kakao na mleku -250ml (mleko) Chleb graham-100g (gluten) Masło-10g (mleko) Galaretka drobiowa z warzywami- 100g (seler, jajko) Polędwica sopocka-25g (soja) Papryka konserwowa-70g	Kakao na mleku -250ml (mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Galaretka drobiowa z warzywami-100g (seler, jajko) Polędwica sopocka-25g (soja) Pomidor-80g
II Śniadanie	Podpłomyki-30g (mleko, gluten)	Podpłomyki-30g (mleko, gluten)	Podpłomyki-30g (mleko, gluten)
Obiad	Woda butelkowana-500ml Ogórkowa z ziemniakami - 400ml (mleko, seler) Kurczak w sosie po meksykańsku- 200g Ryż brązowy-200g	Woda butelkowana-500ml Ogórkowa z ziemniakami - 400ml (mleko, seler) Kurczak w sosie po meksykańsku- 200g Ryż brązowy-200g	Woda butelkowana-500ml Zupa grysikowa-400ml (gluten) Kurczak w sosie pomidorowym -200g (mleko) Ryż biały-200g Mix warzyw gotowanych-100g
Kolacja	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło – 10g (masło) Sałatka warzywna z mozzarellą w sosie vinegret-100g (mix sałat, pomidorki kok., ogórek świeży, mozzarella) (mleko) Szynka wuja Jana -40g (soja)	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Masło – 10g (masło) Sałatka warzywna z mozzarellą w sosie vinegret-100g (mix sałat, pomidorki kok., ogórek świeży, mozzarella) (mleko) Szynka wuja Jana -40g (soja)	Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny - 100g (gluten) Masło – 10g (masło) Sałatka warzywna z mozzarellą w sosie vinegret-100g (mix sałat, pomidorki kok., ogórek świeży, mozzarella) (mleko) Szynka wuja Jana -40g (soja)
Posiłek dodatkowy	Kefir-150ml (mleko)	Kefir-150ml (mleko)	Kefir-150ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2198 W: 310.6 / B: 108.4 T: 63.1 Tł. nasycone: 25.3 Cukry ogółem: 47.2 Na: 4022.7	Kcal: 2170 W: 310.6 / B: 107.5 T: 62.0 Tł. nasycone: 24.9 Cukry ogółem: 43.2 Na: 3982.1	Kcal: 2445 W: 355.9 / B: 116.1 T: 60.6 Tł. nasycone: 22.7 Cukry ogółem: 42.7 Na: 2630.4

Niedziela 01.05.2025	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko,gluten) Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Wędlina z kurczaka 65 g Mix sałat 20 g Ogórek konserwowy 80 g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Masło extra 10 g (mleko) Wędlina z kurczaka 65 g Mix sałat 20 g Ogórek konserwowy 80 g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Wędlina z kurczaka 65 g Mix sałat 20 g Pomidor 80 g
II Śniadanie	Jabłko pieczone- 1 szt	Jabłko pieczone- 1 szt	Jabłko pieczone- 1 szt
Obiad	Kompot owocowy b/c 250 ml Rosół z makaronem 400ml (gluten, jaja) Roladki z indyka z cukinią i marchwią w sosie porowym 130g (mleko) Kluski śląskie 200 g (gluten) Kapusta czerwona duszona-150g	Kompot owocowy b/c 250 ml Rosół z makaronem 400ml (gluten, jaja) Roladki z indyka z cukinią i marchwią w sosie porowym 130g (mleko) Kluski śląskie 200 g (gluten) Kapusta czerwona duszona-150g	Kompot owocowy b/c 250 ml Rosół z makaronem 400ml (gluten, jaja) Roladki z indyka z cukinią i marchwią w sosie koperkowym 130g (mleko) Kluski śląskie 200 g (gluten) Marchew pieczona z tymiankiem 150 g
Kolacja	Herbata czarna b/c 250 ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Pasta twarogowa z papryką 90 g (mleko) Roszponka 10 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c 250 ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Masło extra 10 g (mleko) Pasta twarogowa z papryką 90 g (mleko) Roszponka 10 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Pasta twarogowa z papryką 90 g (mleko) Roszponka 10 g Pomidor 80 g
Posiłek dodatkowy	Pieczyno „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) + serek almette 1szt (30g) (mleko)	Pieczyno „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) + serek almette 1szt (30g) (mleko)	Pieczyno „Sanko” kukurydziane + 3 kromki (15g) + serek almette 1 szt (30g) (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2147 W: 295.9 / B: 94.5 T: 70.5 Tł. nasycone: 28.8 Cukry ogółem: 61.7 Na: 3066.3	Kcal: 2107 W: 295.9 / B: 93.2 T: 68.9 Tł. nasycone: 28.2 Cukry ogółem: 56.0 Na: 3008.3	Kcal: 2277 W: 292.8 / B: 97.0 T: 82.3 Tł. nasycone: 35.1 Cukry ogółem: 68.8 Na: 2663.5

Poniedziałek 02.06.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kakao na mleku-250 ml (mleko) Bułka graham - 100g (gluten) Masło -10g (mleko) Salceson wp-70g Ogórek świeży b/s-70g Mix sałat-20g	Kakao na mleku-250 ml (mleko) Bułka graham - 100g (gluten) Masło -10g (mleko) Salceson wp-70g Ogórek świeży b/s-70g Mix sałat-20g	Kakao na mleku-250 ml (mleko) Bułka kajzerka – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Wędlina z kurczaka-70g Ogórek świeży b/s-70g Mix sałat-20g
II Śniadanie	Salatka owocowa-150g	Salatka owocowa-150g	Salatka owocowa-150g
Obiad	Woda butelkowana-500ml Barszcz czerwony z ziemniakami- 400ml (seler, mleko) Wątróbka drobiowa gotowana w s/w- 200g Kasza gryczana-200g Surówka colesław-150g (mleko)	Woda butelkowana-500ml Barszcz czerwony z ziemniakami- 400ml (seler, mleko) Wątróbka drobiowa gotowana w s/w- 200g Kasza gryczana-200g Surówka colesław-150g (mleko)	Woda butelkowana-500ml Barszcz czerwony z ziemniakami- 400ml (seler, mleko) Potrawka drobiowa z włoszczyzną-200g (seler) Kasza jaglana-200g Mix warzyw gotowanych-150g
Kolacja	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham – 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny- 30g (gluten) Masło -10g (mleko) Pasta z jaj 100g (mleko, jaja) Mix sałat- 20g Pomidor-80g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Masło -10g (mleko) Pasta z jaj 100g (mleko, jaja) Mix sałat- 20g Pomidor-80g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło -10g (mleko) Pasta z jaj 100g (mleko, jaja) Mix sałat- 20g Pomidor-80g
Posiłek dodatkowy	Koktajl z maślanki z mango i płatków owsianych 150ml (mleko, gluten)	Koktajl z maślanki z mango i płatków owsianych 150ml (mleko, gluten)	Koktajl z maślanki z mango i płatków owsianych 150ml (mleko, gluten)
Wartości odżywcze	Kcal: 2429 W: 319.0 / B: 108.6 T: 87.6 Tł. nasycone: 31.0 Cukry ogółem: 77.4 Na: 2865.2	Kcal: 2373 W: 319.0 / B: 106.8 T: 85.4 Tł. nasycone: 30.2 Cukry ogółem: 69.4 Na: 2784.0	Kcal: 2257 W: 308.4 / B: 104.9 T: 71.0 Tł. nasycone: 26.8 Cukry ogółem: 79.9 Na: 3063.1

Wtorek 03.06.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku -250ml (gluten, mleko) Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło -10g (mleko) Pasta z zielonego groszku i bazylii - 50g Wędlina z indyka-40g Papryka świeża -70g Sałata lodowa-30g	Kawa zbożowa na mleku -250ml (gluten, mleko) Chleb graham -100g (gluten, sezam) Masło -10g (mleko) Pasta z zielonego groszku i bazylii - 50g Wędlina z indyka-40g Papryka świeża -70g Sałata lodowa-30g	Kawa zbożowa na mleku -250ml (gluten, mleko) Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Masło -10g (mleko) Pasta z zielonego groszku i bazylii - 50g Wędlina z indyka-40g Papryka świeża -70g Sałata lodowa-30g
II Śniadanie	Kefir-200ml (mleko)	Kefir-200ml (mleko)	Kefir-200ml (mleko)
Obiad	Kompot owocowy - 250ml Zupa jarzynowa z ziemniakami - 400ml (mleko, seler) Filet z kurczaka w sosie z pieczonej papryki- 100g+ 50g sos Talarki ziemniaczane -200g Surówka z ogórków kiszonych –150g	Kompot owocowy - 250ml Zupa jarzynowa z ziemniakami -400ml (mleko, seler) Filet z kurczaka w sosie z pieczonej papryki- 100g+ 50g sos Talarki ziemniaczane -200g Surówka z ogórków kiszonych – 150g	Kompot owocowy - 250ml Zupa jarzynowa z ziemniakami -400ml (mleko, seler) Filet z kurczaka w sosie z pieczonej papryki- 100g + 50g sos Talarki ziemniaczane -200g Marchewka gotowana – 150g
Kolacja	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło – 10g (masło) Paprykarz szczeciński -100g (ryba, seler) Mix sałat- 20g Pomidor-80g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Masło – 10g (masło) Paprykarz szczeciński -100g (ryba, seler) Mix sałat- 20g Pomidor-80g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (masło) Paprykarz z dorsza pieczonego -100g (ryba, seler) Mix sałat- 20g Pomidor-80g
Posiłek dodatkowy	Sante fit- ciasteczko zbożowe b/c- 50g (gluten, mleko)	Sante fit- ciasteczko zbożowe b/c- 50g (gluten, mleko)	Sante fit- ciasteczko zbożowe b/c- 50g (gluten, mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2214 W: 302.0 / B: 100.3 T: 74.1 Tł. nasycone: 23.6 Cukry ogółem: 48.8 Na: 4117.4	Kcal: 2186 W: 302.0 / B: 99.4 T: 73.0 Tł. nasycone: 23.2 Cukry ogółem: 44.8 Na: 4076.8	Kcal: 2253 W: 310.8 / B: 90.2 T: 76.7 Tł. nasycone: 25.3 Cukry ogółem: 53.1 Na: 2544.6

Środa 04.06.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kakao na mleku -250ml (mleko) Bułka graham - 100g (gluten, sezam) Masło – 10g (mleko) Paszтет drobiowy-100g (gluten, jaja, mleko) Pomidor-80g Mix sałat-20g	Kakao na mleku -250ml (mleko) Bułka graham-100g (gluten, sezam) Masło – 10g (mleko) Paszтет drobiowy-100g (gluten, jaja, mleko) Pomidor-80g Mix sałat-20g	Kakao na mleku -250ml (mleko) Bułka kajzerka – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Wędlna z kurczaka-65g Pomidor-80g Mix sałat-20g
II Śniadanie	Jabłko- 1 szt	Jabłko- 1 szt	Jabłko- 1 szt
Obiad	Woda butelkowana-500ml Krupnik z mięsem i ziemniakami- 400ml (seler, gluten) Makaron 200g (gluten, jaja) Sos boloński z mięsem wp. – 200ml Mix warzyw gotowanych – 150g	Woda butelkowana-500ml Krupnik z mięsem i ziemniakami- 400ml (seler, gluten) Makaron 200g (gluten, jaja) Sos boloński z mięsem wp. – 200ml Mix warzyw gotowanych – 150g	Woda butelkowana-500ml Krupnik z mięsem i ziemniakami- 400ml (seler, gluten) Makaron -200g (gluten, jaja) Sos boloński z mięsem wp (dieta). – 200ml Mix warzyw gotowanych – 150g
Kolacja	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło -10g (mleko) Sałatka brokułowa z makaronem ryżowym, kurczakiem i warzywami- 150g (mleko) Sałata rzymska-30g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Masło -10g (mleko) Sałatka brokułowa z makaronem ryżowym, kurczakiem i warzywami- 150g (mleko) Sałata rzymska-30g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło -10g (mleko) Sałatka brokułowa z makaronem ryżowym, kurczakiem i warzywami- 150g (mleko) Sałata rzymska-30g
Posiłek dodatkowy	Jogurt naturalny-150ml (mleko)	Jogurt naturalny-150ml (mleko)	Jogurt naturalny-150ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2286 W: 275.3 / B: 109.8 T: 88.6 Tł. nasycone: 36.0 Cukry ogółem: 65.5 Na: 3499.0	Kcal: 2230 W: 275.3 / B: 108.0 T: 86.4 Tł. nasycone: 35.2 Cukry ogółem: 57.5 Na: 3417.8	Kcal: 2156 W: 264.4 / B: 111.7 T: 75.3 Tł. nasycone: 31.8 Cukry ogółem: 65.7 Na: 4139.7

Czwartek 05.06.2025	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku -250ml (gluten, mleko) Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Masło- 10 g (mleko) Polędwica sopocka 40 g (soja) Pasta z twarogu z suszonymi pomidorami 50 g (mleko) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Kawa zbożowa na mleku -250ml (gluten, mleko) Chleb graham – 100g (gluten) Masło- 10 g (mleko) Polędwica sopocka 40 g (soja) Pasta z twarogu z suszonymi pomidorami 50 g (mleko) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Kawa zbożowa na mleku -250ml (gluten, mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło 10 g (mleko) Polędwica sopocka 40 g (soja) Pasta z twarogu z suszonymi pomidorami 50 g (mleko) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g
II Śniadanie	Banan- 1 szt	Banan- 1 szt	Banan- 1 szt
Obiad	Kompot owocowy b/c 250 ml Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (seler, mleko) Grillowany filet z kurczaka zapiekany z suszonymi pomidorami i mozzarellą 120 g (mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z selera i marchwi 150 g (seler, mleko)	Kompot owocowy b/c 250 Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (seler, mleko) Grillowany filet z kurczaka zapiekany z suszonymi pomidorami i mozzarellą 120 g (mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z selera i marchwi 150 g (seler, mleko)	Kompot owocowy b/c 250 Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (seler, mleko) Grillowany filet z kurczaka zapiekany z suszonymi pomidorami i mozzarellą 120 g (mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z selera i marchwi 150 g (seler, mleko)
Kolacja	Herbata czarna b/c 250 ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Tofu w sosie sojowym z sezamem 50 g (soja) Wędlina z indyka 30 g (soja) Sałata rzymska 30 g Ogórek świeży 80 g	Herbata czarna b/c 250 ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Masło 10 g (mleko) Tofu w sosie sojowym z sezamem 50 g (soja) Wędlina z indyka 30 g (soja) Sałata rzymska 30 g Ogórek świeży 80 g Herbata owocowa b/c 250 ml	Herbata czarna b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Tofu naturalne w ziolach-50g (soja) Wędlina z indyka 30 g (soja) Sałata rzymska 30 g Pomidor 80 g
Posiłek dodatkowy	Pieczyno „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) + serek almette 1 op. 30 g (mleko)	Pieczyno „Sanko” 7 ziaren - 3 kromki (gluten) (15g) + serek almette 1 op. 30 g (mleko)	Pieczyno „Sanko” 7 ziaren - 3 kromki (gluten) (15g) + serek almette 1 op. 30 g (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2130 W: 265.1 / B: 98.8 T: 82.0 Tł. nasycone: 27.6 Cukry ogółem: 51.1 Na: 3718.3	Kcal: 2102 W: 265.1 / B: 97.9 T: 80.9 Tł. nasycone: 27.2 Cukry ogółem: 47.1 Na: 3677.7	Kcal: 2127 W: 266.1 / B: 94.8 T: 81.1 Tł. nasycone: 27.9 Cukry ogółem: 53.2 Na: 3454.8

piątek 06.06.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta łatwostrawna z ogr.tł i z ogr.sub.pob.wydz. soków żołądkowych
Śniadanie	Kakao na mleku -250ml (mleko) Bułka graham-100g (sezam) Masło- 10g (mleko) Pasta z jaj z koperkiem -100g (jaja, mleko) Ogórek świeży b/s -70g Sałata lodowa-30g	Kakao na mleku -250ml (mleko) Bułka graham-100g (sezam) Masło- 10g (mleko) Pasta z jaj z koperkiem -100g (jaja, mleko) Ogórek świeży b/s -70g Sałata lodowa-30g	Kakao na mleku -250ml (mleko) Bułka kajzerka- 100g (gluten) Masło- 10g (mleko) Pasta z jaj z koperkiem -100g (jaja, mleko) Ogórek świeży b/s -70g Sałata lodowa-30g
II Śniadanie	Podpłomyki -30g (mleko, gluten)	Podpłomyki -30g (mleko, gluten)	Podpłomyki -30g (mleko, gluten)
Obiad	Woda butelkowana-500ml Zupa pomidorowa z ryżem-400ml (seler,mleko) Miruna panierowana w panku-130g (jaja, gluten, ryba) Ziemniaki gotowane z kop.-200g Surówka z kapusty kiszanej-150g	Woda butelkowana-500ml Zupa pomidorowa z ryżem-400ml (seler, mleko) Miruna zapiekana w warzywach- 130g (ryba,seler) Ziemniaki gotowane z kop.-200g Surówka z kapusty kiszanej-150g	Woda butelkowana-500ml Zupa pomidorowa z ryżem (seler, mleko) Miruna zapiekana w warzywach-130g (ryba, seler) Ziemniaki gotowane-200g Marchewka gotowana z groszkiem-150g
Kolacja	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten,sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło – 10g (masło) Pasta z twarogu z koperkiem-50g (mleko) Smalczyk z fasoli-40g Pomidor-80g Sałata rzymska-30g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Masło – 10g (masło) Pasta z twarogu z koperkiem-50g (mleko) Smalczyk z fasoli-40g Pomidor-80g Sałata rzymska-30g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (masło) Pasta z twarogu z koperkiem-50g (mleko) Pasa z włoszczyzny z koncentratem pomidorowym-40g (seler) Pomidor-80g Sałata rzymska-30g
Posiłek dodatkowy	Chlebek bananowy ze słodzikiem-100g (gluten, jaja, mleko)	Chlebek bananowy ze słodzikiem-50g (gluten, jaja, mleko)	Chlebek bananowy ze słodzikiem-50g (gluten, jaja, mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2308 W: 316.3 / B: 103.5 T: 75.3 Tł. nasycone: 24.2 Cukry ogółem: 54.5 Na: 2731.7	Kcal: 2268 W: 316.3 / B: 102.2 T: 73.7 Tł. nasycone: 23.6 Cukry ogółem: 48.8 Na: 2673.7	Kcal: 2208 W: 296.4 / B: 101.8 T: 71.4 Tł. nasycone: 25.0 Cukry ogółem: 49.2 Na: 2540.0

Sobota 07.06.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku-250ml (gluten, mleko) Chleb graham-70g (gluten, sezam) Masło – 10g (mleko) Sałatka z makaronu z szynką, serem i warzywami 200g (mleko, soja, gluten, jaja) Rukola-10g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (gluten, mleko) Chleb graham – 70g (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka z makaronu z szynką, serem i warzywami - 200g (mleko, soja, gluten, jaja) Rukola-10g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (gluten, mleko) Chleb pszenny – 70g (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka z makaronu z szynką, serem i warzywami - 200g (mleko, soja, gluten, jaja) Rukola-10g
II Śniadanie	Wafle ryżowe-30g	Wafle ryżowe-30g	Wafle ryżowe-30g
Obiad	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa kalafiorowa z ziemniakami - 400ml (mleko, seler) Leczo z ciecierzycą, pieczarkami i warzywami-200ml Ryż basmati-200g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa kalafiorowa z ziemniakami - 400ml (mleko, seler) Leczo z ciecierzycą, pieczarkami i warzywami-200ml Ryż basmati-200g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa koperkowa z ziemniakami-400ml (mleko, seler) Leczo z kurczaka, cukinii i marchewki- 200g Ryż basmati-200g
Kolacja	Herbata czarna b/c-250ml Chleb pszenny- 70g(gluten) Chleb graham-70g (gluten, sezam) Masło 10g (mleko) Parówki z indyka- 100g (soja) Papryka świeża-70g Mix sałat -20g Ketchup-30g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham- 100g (gluten, sezam) Masło 10g (mleko) Parówki z indyka- 100g (soja) Papryka świeża-70g Mix sałat -20g Ketchup-30g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło 10g (mleko) Parówki z indyka- 100g (soja) Papryka świeża-70g Mix sałat -20g Ketchup-30g
P. dodatkowy	Kefir-200ml (mleko)	Kefir-200ml (mleko)	Kefir-200ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2232 W: 318.3 / B: 87.9 T: 73.7 Tł. nasycone: 31.6 Cukry ogółem: 57.5 Na: 2268.6	Kcal: 2204 W: 318.3 / B: 87.0 T: 72.6 Tł. nasycone: 31.2 Cukry ogółem: 53.5 Na: 2228.0	Kcal: 2212 W: 303.0 / B: 92.2 T: 72.4 Tł. nasycone: 32.0 Cukry ogółem: 57.2 Na: 2175.2

Niedziela 08.06.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kakao na mleku-250 ml (mleko) Chleb graham- 70g (sezam, gluten) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło-10g (mleko) Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym- 50g (jajko, mleko) Szynka góralska-40g (soja) Pomidor- 80g Mix sałat- 20g	Kakao na mleku-250 ml (mleko) Chleb graham- 100g (sezam, gluten) Masło – 10g (mleko) Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym- 50g (jajko, mleko) Szynka góralska-40g (soja) Pomidor- 80g Mix sałat- 20g	Kakao na mleku-250 ml (mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Jajko w sosie jogurtowo-koperkowym - 50g (jajko, mleko) Szynka góralska-40g (soja) Pomidor- 80g Mix sałat- 20g
II Śniadanie	Jabłko pieczone- 1 szt	Jabłko pieczone- 1 szt	Jabłko pieczone- 1 szt
Obiad	Woda butelkowana-500ml Rosół z makaronem- 400ml (gluten, jaja) Schab duszony w sosie własnym z cebulką- 100g +30g sos Ziemniaki gotowane-200g Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka -150g (mleko)	Woda butelkowana-500ml Rosół z makaronem- 400ml (gluten, jaja) Schab duszony w sosie własnym z cebulką-100g +30g sos Ziemniaki gotowane-200g Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka - 150g (mleko)	Woda butelkowana-500ml Rosół z makaronem- 400ml (gluten, jaja) Schab duszony w sosie własnym (dieta)- 100g +30g sos Ziemniaki gotowane-200g Marchewka gotowana- 150g
Kolacja	Herbata czarna b/c 250ml Chleb pszenny- 30g (gluten) Chleb graham-70g (gluten, sezam) Masło -10g (mleko) Pasta z twarogu i makreli z koperkiem-90g (mleko, ryba) Ogórek świeży -70g Sałata rzymska-30g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham-100g (gluten, sezam) Masło -10g (mleko) Pasta z twarogu i makreli z koperkiem-90g (mleko, ryba) Ogórek świeży -70g Sałata rzymska-30g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb pszenny-100g (gluten) Masło -10g (mleko) Pasta twarogowa z makrelą i koperkiem -90g (mleko, ryba) Ogórek świeży -70g Sałata rzymska-30g
Posiłek dodatkowy	Fit ciasteczko zbożowe b/c-50g (mleko, gluten)	Fit ciasteczko zbożowe b/c-50g (mleko, gluten)	Fit ciasteczko zbożowe b/c-50g (mleko, gluten)
Wartości odżywcze	Kcal: 2181 W: 271.6 / B: 109.2 T: 79.2 Tł. nasycone: 35.6 Cukry ogółem: 60.2 Na: 3761.0	Kcal: 2141 W: 271.6 / B: 107.9 T: 77.6 Tł. nasycone: 35.0 Cukry ogółem: 54.5 Na: 3703.0	Kcal: 2232 W: 273.6 / B: 110.7 T: 80.7 Tł. nasycone: 37.8 Cukry ogółem: 63.0 Na: 4043.2