

Poniedziałek 30.03.2026	Dieta podstawowa	Dieta z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kakao na mleku-250ml (mleko) Bulka graham 100g (gluten) Masło -10g (mleko) Wędlina z indyka 60 g (soja) Serek tartare 20 g 1 szt (mleko) Mix sałat 20 g Papryka konserwowa 80 g	Kakao na mleku-250ml (mleko) Bulka graham 100g (gluten) Masło -10g (mleko) Wędlina z indyka 60 g (soja) Serek tartare 20 g 1 szt (mleko) Mix sałat 20 g Papryka konserwowa 80 g	Kakao na mleku-250ml (mleko) Bułka kajzerka 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Wędlina z indyka 60 g (soja) Serek tartare 20 g 1 szt (mleko) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g
II śniadanie	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g
Obiad	Kompot owocowy z słodzikiem 250ml Ogórkowa z ziemniakami 400ml (mleko seler) Leczo z kiełbasą 300 g (soja) Ryż na sypko 200 g	Kompot owocowy z słodzikiem 250ml Ogórkowa z ziemniakami 400ml (mleko seler) Leczo z kiełbasą 300 g (soja) Ryż na sypko 200 g	Kompot owocowy z słodzikiem 250ml Zupa ziemniaczana 400ml (mleko, seler) Leczo z mięsem drobiowym 300 g Ryż na sypko 200 g
Kolacja	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło – 10 g (mleko) Jajko gotowane 1 szt 50 g (jaja) Szyńka z kurczaka 40 g (soja) Ogórek świeży b/s 80 g Sałata rzymska 25 g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Masło – 10 g (mleko) Jajko gotowane 1 szt 50 g (jaja) Szyńka z kurczaka 40 g (soja) Ogórek świeży b/s 80 g Sałata rzymska 25 g	Herbata czarna b/c -250ml , Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10 g (mleko) Jajko gotowane 1 szt 50 g (jaja) Szyńka z kurczaka 40 g (soja) Ogórek świeży b/s 80 g Sałata rzymska 25 g
Posiłek dodatkowy	Jogurt naturalny 150 ml (mleko)	Jogurt naturalny 150 ml (mleko)	Jogurt naturalny 150 ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2162/ B: 92,1 g/ W: 284,3 g/ Cukry: 49,1 g/ T: 78,6 g/ Tł. nasycone: 29,2 g/ Na: 3704 mg	Kcal: 2154/ B: 92,1 g/ W: 282,6 g/ Cukry: 48,1 g/ T: 78,7 g/ Tł. nasycone: 29,2 g/ Na: 3698 mg	Kcal: 2143/ B: 93,4 g/ W: 291,5 g/ Cukry: 47,7 g/ T: 71,1 g/ Tł. nasycone: 23,3 g/ Na: 3115 mg

Wtorek 31.03.2026	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z ciecierzycy z drobno krojonym ogórkiem kiszonym i koperkiem 50 g Polędwica sopocka 30 g (soja) Pomidor 90 g Szpinak liście 10 g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Chleb graham - 100g (gluten, sezam) Masło – 10g (mleko) Pasta z ciecierzycy z drobno krojonym ogórkiem kiszonym i koperkiem 50 g Polędwica sopocka 30 g (soja) Pomidor 90 g Szpinak liście 10 g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Polędwica sopocka 70 g (soja) Pomidor 90 g Szpinak liście 10 g
II Śniadanie	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad	Woda butelkowana-500ml Krupnik jęczmienny 400 ml (gluten, mleko, seler) Filet z kurczaka panierowany 130g (jaja, gluten, mleko) Ziemniaki gotowane 200g Buraczki zasmażane 150g	Woda butelkowana-500ml Krupnik jęczmienny 400 ml (gluten, seler, mleko) Filet z kurczaka gotowany na parze 100g Sos koperkowy 100ml (gluten, mleko) Ziemniaki gotowane 200g Buraczki gotowane 150g	Woda butelkowana-500ml Krupnik jęczmienny 400 ml (gluten, seler, mleko) Filet z kurczaka gotowany na parze 100g Sos koperkowy 100ml (gluten, mleko) Ziemniaki gotowane 200g Buraczki gotowane 150g
Kolacja	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło – 10g (masło) Twarożek 50 g (mleko) Szynka z indyka 30g (soja) Ogórek świeży 90g Roszponka 10 g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham -100g (gluten, sezam) Masło – 10g (masło) Twarożek 50 g (mleko) Szynka z indyka 30g (soja) Ogórek świeży 90 g Roszponka 10 g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (masło) Twarożek 50 g (mleko) Szynka z indyka 30g (soja) Ogórek świeży b/s 90 g Roszponka 10 g
Posiłek dodatkowy	Biszkopty b/c 30g (mleko, gluten, jaja)	Biszkopty b/c 30g (mleko, gluten, jaja)	Biszkopty b/c 30g (mleko, gluten, jaja)
Wartości odżywcze	Kcal: 2406/ B: 99,2 g/ W: 339,2 g/ Cukry: 81,2 g/ T: 76,6 g/ Tł. nasycone: 31 g/ Na: 3277 mg	Kcal: 2184/ B: 89,7 g/ W: 303 g/ Cukry: 71,2 g/ T: 72,4 g/ Tł. nasycone: 28,3 g/ Na: 3174 mg	Kcal: 2428/ B: 98,9 g/ W: 344,8 g/ Cukry: 80,2 g/ T: 75,5 g/ Tł. nasycone: 31,4 g/ Na: 3227 mg

Środa 01.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta Łatwostrawna
Śniadanie	Kakao na mleku-250ml (mleko) Bulka graham 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka śledziowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (ryba, mleko) Pomidor 80 g Sałata rzymska 25 g	Kakao na mleku-250ml (mleko) Bulka graham 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka śledziowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (ryba, mleko) Pomidor 80 g Sałata rzymska 25 g	Kakao na mleku-250ml (mleko) Bułka kajzerka 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka śledziowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (ryba, mleko) Pomidor 80 g Sałata rzymska 25 g
II Śniadanie	Wafle kukurydziane 30 g	Wafle kukurydziane 30 g	Wafle kukurydziane 30 g
Obiad	Kompot owocowy z słodzikiem 250ml Koperkowa z zacierką 400 ml (seler, mleko, jaja, gluten) Makaron świdry z kurczakiem bao i warzywami 400g (gluten, jaja) Mix warzyw gotowanych 150g	Kompot owocowy z słodzikiem 250ml Koperkowa z zacierką 400 ml (seler, mleko, jaja, gluten) Makaron świdry z kurczakiem bao i warzywami 400g (gluten, jaja) Mix warzyw gotowanych 150g	Kompot owocowy z słodzikiem 250ml Koperkowa z zacierką 400 ml (seler, mleko, jaja, gluten) Makaron świdry z kurczakiem bao i warzywami 400g (gluten, jaja) Mix warzyw gotowanych 150g
Kolacja	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło – 10g (masło) Ser mozzarella kulki 30 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40g (soja) Papryka konserwowa 80g Szpinak liście 10 g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham - 100g (gluten, sezam) Masło – 10g (masło) Ser mozzarella kulki 30 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40g (soja) Papryka konserwowa 80g Szpinak liście 10 g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (masło) Ser mozzarella kulki 30 g (mleko) Wędlina z kurczaka 40g (soja) Pomidor 80 g Szpinak liście 10 g
Posiłek dodatkowy	Banan 150g	Banan 150g	Banan 150g
Wartości odżywcze	Kcal: 2166/ B: 100 g/ W: 276,1 g/ Cukry: 49,9 g/ T: 79,4 g/ Tł. nasycone: 33,6 g/ Na: 3497 mg	Kcal: 2158/ B: 99,9 g/ W: 274,4 g/ Cukry: 49,9 g/ T: 79,5 g/ Tł. nasycone: 33,6 g/ Na: 3492 mg	Kcal: 2209/ B: 99,6 g/ W: 281,7 g/ Cukry: 50,1 g/ T: 80 g/ Tł. nasycone: 33,6 g/ Na: 3273 mg

Czwartek 02.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Chleb graham-70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta twarogowa z czarnuszką i prażonym słonecznikiem 50 g (mleko) Kiełbasa krakowska 30 g (soja) Rukola 10 g Papryka świeża 80g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Chleb graham-100g (gluten, sezam) Masło – 10g (mleko) Pasta twarogowa z czarnuszką i prażonym słonecznikiem 50 g (mleko) Kiełbasa krakowska 30 g (soja) Rukola 10 g Papryka świeża 80g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta twarogowa z koperkiem 50 g (mleko) Szynka z indyka 30 g (soja) Roszponka 10 g Sałatka z pomidora i koperku 90g
II Śniadanie	Sante fit ciasteczka 50 g (gluten, mleko)	Sante fit ciasteczka 50 g (gluten, mleko)	Sante fit ciasteczka 50 g (gluten, mleko)
Obiad	Woda butelkowana- 500ml Kalafiorowa z ziemniakami 400ml (seler, mleko) Mięso z udźca indyka pieczone 100 g Sos pieczarkowy 100 ml (gluten, mleko) Kasza jęczmienna 200 g (gluten) Surówka z marchwi, selera i jabłka z śmietaną 150 g (seler, mleko)	Woda butelkowana- 500ml Kalafiorowa z ziemniakami 400ml (seler, mleko) Mięso z udźca indyka pieczone 100 g Sos pieczarkowy 100 ml (gluten, mleko) Kasza jęczmienna 200 g (gluten) Surówka z marchwi, selera i jabłka z śmietaną 150 g (seler, mleko)	Woda butelkowana- 500ml Kalafiorowa z ziemniakami 400ml (seler, mleko) Mięso z udźca indyka pieczone 100 g Sos koperkowy 100 ml (gluten, mleko) Kasza jęczmienna 200 g (gluten) Surówka z marchwi, selera i jabłka z śmietaną 150 g (seler, mleko)
Kolacja	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka jarzynowa 100 g (jaja, seler, mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Szpinak liście 10 g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Masło – 10g (mleko) Sałatka jarzynowa 100 g (jaja, seler, mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Szpinak liście 10 g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka jarzynowa 100 g (jaja, seler, mleko) Wędlina z kurczaka 40 g (soja) Szpinak liście 10 g
Posiłek dodatkowy	Pieczycwo „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) + serek tartare 1 szt 20 g (mleko)	Pieczycwo „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) (15g) + serek tartare 1 szt 20 g (mleko)	Pieczycwo „Sanko” 7 ziaren 3 kromki (15g) + serek tartare 1 szt 20 g (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2342/ B: 108,2 g/W: 302,3 g/Cukry:61g/ T: 83,9 g/ Tł. nasycone: 25,1 g/ Na: 3421 mg	Kcal: 2112/ B: 98,7 g/ W: 265,2 g/ Cukry: 51 g/ T: 79,7 g/ Tł. nasycone: 22,8 g/ Na: 3320 mg	Kcal: 2369/ B: 107,2 g/ W: 310,8 g/ Cukry: 62 g/ T: 82,7 g/ Tł. nasycone: 24,9 g/ Na: 3529 mg

Piątek 03.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kakao na mleku-250ml (mleko) Bulka graham 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Serek wiejski 200 g (mleko) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata rzymska 25 g	Kakao na mleku-250ml (mleko) Bulka graham 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Serek wiejski 200 g (mleko) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata rzymska 25 g	Kakao na mleku-250ml (mleko) Bułka kajzerka 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Serek wiejski 200 g (mleko) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata rzymska 25 g
II Śniadanie	Koktajl mleczny bananowo - szpinakowy 150 ml (mleko)	Koktajl mleczny bananowo - szpinakowy 150 ml (mleko)	Koktajl mleczny bananowo - szpinakowy 150 ml (mleko)
Obiad	Kompot owocowy z słodzikiem 250ml Jarzynowa z ryżem 400ml (mleko, seler) Miruna panierowana 130 g (jaja, mleko, gluten, ryba) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z kapusty kiszzonej 150 g	Kompot owocowy z słodzikiem 250ml Jarzynowa z ryżem 400ml (mleko, seler) Miruna pieczona z cytryną i koperkiem 100 g (ryba) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z kapusty kiszzonej 150 g	Kompot owocowy z słodzikiem 250ml Jarzynowa z ryżem 400ml (mleko, seler) Miruna pieczona z cytryną i koperkiem 100 g (ryba) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Dynia pieczona z ziołami 150 g
Kolacja	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham – 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny-30g (gluten) Masło -10g (mleko) Pasta z jaj z koperkiem 100 g (jaja, mleko) Papryka konserwowa 90 g Rozszponka 10 g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Masło -10g (mleko) Pasta z jaj z koperkiem 100 g (jaja, mleko) Papryka konserwowa 90 g Rozszponka 10 g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z jaj z koperkiem 100 g (jaja, mleko) Pomidor 90 g Rozszponka 10 g
Posiłek dodatkowy	Podpłomyki 30g (gluten, mleko)	Podpłomyki 30g (gluten, mleko)	Podpłomyki 30g (gluten, mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2253/ B: 102,3 g/ W: 289,3 g/ Cukry: 60,1g/ T: 84,5 g/ Tł. nasycone: 34 g/ Na: 4513 mg	Kcal: 2094/ B: 99,3 g/ W: 264,7 g/ Cukry: 58,8 g/ T: 79,1 g/ Tł. nasycone: 34 g/ Na: 4407 mg	Kcal: 2062/ B: 99,2 g/ W: 285,2 g/ Cukry: 66,3 g/ T: 65,1 g/ Tł. nasycone: 23,7 g/ Na: 2603 mg

Sobota 04.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło-10g (mleko) Paszтет z selera 100g (seler, jajko, gluten) Ser żółty 40g (mleko) Ogórek kiszony 90 g Szpinak liście 10 g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Chleb graham-100g (gluten) Masło-10g (mleko) Paszтет z selera 100g (seler, jajko, gluten) Ser żółty 40g (mleko) Ogórek kiszony 90 g Szpinak liście 10 g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Paszтет z selera 100g (seler, jajko, gluten) Serewk tartare 2 szt 40g (mleko) Ogórek świeży b/s 90 g Szpinak liście 10 g
II Śniadanie	Mandarynka 150g	Mandarynka 150g	Jabłko 150g
Obiad	Woda butelkowana-500ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (seler, mleko) Naleśniki ze szpinakiem i serem feta 400g (gluten, jaja, mleko) Sos śmietanowy 100 ml (gluten, mleko) Mix warzyw gotowanych 150 g	Woda butelkowana-500ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (seler, mleko) Naleśniki ze szpiankiem i serem feta 400g (jaja, gluten, mleko) Sos śmietanowy 100 ml (gluten, mleko) Mix warzyw gotowanych 150 g	Woda butelkowana-500ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (seler, mleko) Naleśniki ze szpinakiem i serem feta 400g (jaja, gluten, mleko) Sos śmietanowy 100 ml (gluten, mleko) Mix warzyw gotowanych 150 g
Kolacja	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło – 10g (masło) Parówki z kurczaka 100 g (gluten, soja) Ketchup 30 g Sałata rzymska 25 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Masło – 10g (masło) Parówki z kurczaka 100 g (gluten, soja) Ketchup 30 g Sałata rzymska 25 g Pomidor 80 g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny - 100g (gluten) Masło – 10g (masło) Parówki z kurczaka 100 g (gluten, soja) Ketchup 30 g Sałata rzymska 25 g Pomidor 80 g
Posiłek dodatkowy	Kefir 150 ml (mleko)	Kefir 150 ml (mleko)	Kefir 150 ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2319/B: 106,7 g/W: 276,2 g/ Cukry: 43,5/ T: 90,2 g/ Tł. nasycone: 29,2 g/ Na: 2924 mg	Kcal: 2111/ B: 97,1 g/ W: 244,5 g/ Cukry: 34 g/ T: 85,6 g/ Tł. nasycone: 25,6 g/ Na: 2821 mg	Kcal: 2250/ B: 102,3 g/ W: 303,1 g/ Cukry: 42,4 g T: 72,1 g/ Tł. nasycone 22,6 g/ Na: 2896 mg

Niedziela 05.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kakao na mleku-250ml (mleko) Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Jajko gotowane 1 szt (jaja) Sos chrzanowy 30 ml (mleko) Szynka wieprzowa 30g (soja) Mix sałat 20 g Papryka konserwowa 80 g	Kakao na mleku-250ml (mleko) Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Masło extra 10 g (mleko) Jajko gotowane 1 szt (jaja) Sos chrzanowy 30 ml (mleko) Szynka wieprzowa 30g (soja) Mix sałat 20 g Papryka konserwowa 80 g	Kakao na mleku-250ml (mleko) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Jajko gotowane 1 szt (jaja) Sos jogurtowo - koperkowy 30 ml (mleko) Szynka wieprzowa 30g (soja) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g
II Śniadanie	Mus owocowy 120g	Mus owocowy 120g	Mus owocowy 120g
Obiad	Kompot owocowy z słodzikiem 250ml Żurek z ziemniakami i kiełbasą 400ml (gluten, soja, seler) Roladka drobiowa z pieczarkami i serem mozzarella 130g (mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka i marchewki 150 g (mleko)	Kompot owocowy z słodzikiem 250ml Żurek z ziemniakami i kiełbasą 400ml (gluten, soja, seler) Roladka drobiowa z pieczarkami i serem mozzarella 130g (mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka i marchewki 150 g (mleko)	Kompot owocowy z słodzikiem 250ml Barszcz biały z ziemniakami 400ml (gluten, seler) Roladka drobiowa z serem mozzarella 130g (mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Marchewka gotowana 150 g
Kolacja	Herbata czarna b/c 250 ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Sałatka jarzynowa 100g (seler, mleko) Szynka z indyka 30g (soja) Roszponka 10 g	Herbata czarna b/c 250 ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Masło extra 10 g (mleko) Sałatka jarzynowa 100g (seler, mleko) Szynka z indyka 30g (soja) Roszponka 10 g	Herbata czarna b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Sałatka jarzynowa 100g (seler, mleko) Szynka z indyka 30g (soja) Roszponka 10 g
Posiłek dodatkowy	Mazurek ze słodzikiem 70g (mleko, jaja, gluten)	Mazurek ze słodzikiem 70g (mleko, jaja, gluten)	Mazurek ze słodzikiem 70g (mleko, jaja, gluten)
Wartości odżywcze	Kcal: 2198/B: 100,6 g/W: 278,8 g/Cukry: 52,1g/T: 81,8 g/ Tł. nasycone: 27,2 g/ Na: 2900 mg	Kcal: 2190/ B: 100,5 g/ W: 277,2 g/ Cukry: 52 g/ T: 81,9 g/ Tł. nasycone: 27,2 g/ Na: 2894 mg	Kcal: 2212/ B: 100,7 g/ W: 281,3 g/ Cukry: 51,4 g/ T: 81 g/ Tł. nasycone: 27,2 g/ Na: 2925 mg

Poniedziałek 06.04.2026	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) Ser żółty 50g (mleko) Schab pieczony 30 g (soja) Sałata rzymska 25g Pomidor 70g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Bułka graham 100g (gluten) Masło -10g (mleko) Ser żółty 50g (mleko) Schab pieczony 30 g (soja) Sałata rzymska 25g Pomidor 70g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Serek tartare 2 szt 40g (mleko) Schab pieczony 30 g (soja) Sałata rzymska 25g Pomidor 70g
II Śniadanie	Makowiec ze słodzikiem 70g (gluten, jaja, mleko)	Makowiec ze słodzikiem 70g (gluten, jaja, mleko)	Makowiec ze słodzikiem 70g (gluten, jaja, mleko)
Obiad	Woda butelkowana-500ml Rosół z makaronem 400 ml (gluten, jaja, seler) Kotlet schabowy 130g (gluten, jaja) Ziemniaki gotowane 200g Colesław z czerwonej kapusty 150 g (mleko)	Woda butelkowana-500ml Rosół z makaronem 400 ml (gluten, jaja, seler) Klopsiki wieprzowe 100 g (gluten, jaja) Sos jarzynowy 100ml (mleko, gluten, seler) Ziemniaki gotowane 200g Colesław z czerwonej kapusty 150 g (mleko)	Woda butelkowana-500ml Rosół z makaronem 400 ml (gluten, jaja, seler) Klopsiki wieprzowe 100 g (gluten, jaja) Sos jarzynowy 100ml (mleko, gluten, seler) Ziemniaki gotowane 200g Marchew pieczona z tymiankiem 150 g
Kolacja	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham – 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny- 30g (gluten) Masło -10g (mleko) Twarożek z szprotem w sosie pomidorowym 50 g (mleko, ryba) Szynka z indyka 30g (soja) Sałata lodowa 30g Ogórek świeży 80g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Masło -10g (mleko) Twarożek z szprotem w sosie pomidorowym 50 g (mleko, ryba) Szynka z indyka 30g (soja) Sałata lodowa 30g Ogórek świeży 80g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło -10g (mleko) Twarożek z szprotem w sosie pomidorowym 50 g (mleko, ryba) Szynka z indyka 30g (soja) Ogórek świeży b/s 80 g Sałata lodowa 30g
Posiłek dodatkowy	Sok warzywny 300 ml	Sok warzywny 300 ml	Sok warzywny 300 ml
Wartości odżywcze	Kcal: 2349/ B: 111,7 g/W: 320 g/Cukry: 70,7g/ T: 74,5 g/ Tł. nasycone: 28,9 g/ Na: 2722 mg	Kcal: 2145/ B: 101. 8 g/ W: 289,3 g/ Cukry: 60,7 g/ T: 70 g/ Tł. nasycone: 26 g/ Na: 2622 mg	Kcal: 2411/ B: 111 g/ W: 328,4 g/ Cukry: 66,8 g/ T: 76,1 g/ Tł. nasycone: 28,7 g/ Na: 2717 mg

Wtorek 07.04.2026	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) Sałatka z makaronem orzo, kurczakiem i brokułem 150g (gluten, jaja) Szpinak liście 10 g	Kakao na mleku-250ml (mleko) Chleb graham -100g (gluten, sezam) Masło -10g (mleko) Sałatka z makaronem orzo, kurczakiem i brokułem 150g (gluten, jaja) Szpinak liście 10 g	Kakao na mleku-250ml (mleko) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło -10g (mleko) Sałatka z makaronem orzo, kurczakiem i brokułem 150g (gluten, jaja) Szpinak liście 10 g
II Śniadanie	Sante fit ciasteczka 50 g (gluten, mleko)	Sante fit ciasteczka 50 g (gluten, mleko)	Sante fit ciasteczka 50 g (gluten, mleko)
Obiad	Kompot owocowy z słodzikiem 250ml Grochowa z ziemniakami 400ml (mleko, seler, gluten) Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 400 g Sos waniliowy z słodzikiem 100 ml (mleko, gluten)	Kompot owocowy z słodzikiem 250ml Grochowa z ziemniakami 400ml (mleko, seler, gluten) Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 400 g Sos waniliowy z słodzikiem 100 ml (mleko, gluten)	Kompot owocowy z słodzikiem 250ml Zupa krem z brokuła z groszkiem ptysiowym 400ml (mleko, seler, gluten) Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 400 g Sos waniliowy z słodzikiem 100 ml (mleko, gluten)
Kolacja	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło – 10g (mleko) Serek wiejski 200 g 1 szt. (mleko) Papryka świeża 80 g Sałata rzymska 25 g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Masło – 10g (mleko) Serek wiejski 200 g 1 szt. (mleko) Papryka świeża 80 g Sałata rzymska 25 g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Serek wiejski 200 g 1 szt. (mleko) Pomidor 80 g Sałata rzymska 25 g
Posiłek dodatkowy	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g
Wartości odżywcze	Kcal: 2223/ B: 82,8 g/ W: 341,2 g/ Cukry: 53,8 g/ T: 64,9 g/ Tł. nasycone: 26,1 g/ Na: 5071 mg	Kcal: 2207/ B: 82 g/ W: 337,8 g/ Cukry: 53,8 g/ T: 65 g/ Tł. nasycone: 26,1 g/ Na: 5059 mg	Kcal: 2261/ B: 82,4 g/ W: 349 g/ Cukry: 54,1 g/ T: 64,4 g/ Tł. nasycone: 26,1 g/ Na: 5097 mg

Środa 08.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Bulka graham 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Serek tartare 2 szt (mleko) Szynka z indyka 30 g (soja) Mix sałat 20 g Ogórek świeży b/s 80 g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Bulka graham 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Serek tartare 2 szt (mleko) Szynka z indyka 30 g (soja) Mix sałat 20 g Ogórek świeży b/s 80 g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Serek tartare 2 szt (mleko) Szynka z indyka 30 g (soja) Mix sałat 20 g Ogórek świeży b/s 80 g
II Śniadanie	Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g
Obiad	Woda butelkowana-500ml Pieczarkowa z makaronem 400 ml (seler, gluten, jaja, mleko) Gulasz wieprzowy 200g (gluten, seler) Kopytka 200 g (gluten) Buraczki gotowane 150 g (gluten)	Woda butelkowana-500ml Pieczarkowa z makaronem 400 ml (seler, gluten, jaja, mleko) Gulasz wieprzowy 200g (gluten, seler) Kopytka 200 g (gluten) Buraczki gotowane 150 g (gluten)	Woda butelkowana-500ml Jarzynowa z makaronem 400 ml (seler, gluten, jaja, mleko) Gulasz wieprzowy 200g (gluten, seler) Kopytka 200 g (gluten) Buraczki gotowane 150 g (gluten)
Kolacja	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło -10g (mleko) Ser żółty 70 g (mleko) Pomidor 80 g Sałata rzymska 25 g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Masło -10g (mleko) Ser żółty 70 g (mleko) Pomidor 80 g Sałata rzymska 25 g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło -10g (mleko) Wędlina z indyka 40 g (soja) Twarożek z koperkiem 40 g (mleko) Pomidor 80 g Sałata rzymska 25 g
Posiłek dodatkowy	Mus owocowy 120 g	Mus owocowy 120 g	Mus owocowy 120 g
Wartości odżywcze	Kcal: 2350/B: 108,9 g/W: 320,4 g/Cukry:61,4g/ T: 75,6 g/ Tł. nasycone: 28 g/ Na: 3454 mg	K 2136/ B: 99,5 g/ W: 285,9 g/ Cukry: 51,4 g/ T: 71,3 g/ Tł. nasycone: 24,5 g/ Na: 3357 mg	Kcal: 2359/ B: 104,9 g/ W: 324,3 g/ Cukry: 62,7 g/ T: 75,8 g/ Tł. nasycone: 27,2 g/ Na: 2950 mg

Czwartek 09.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kakao na mleku-250ml (mleko) Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Masło- 10 g (mleko) Serek kanapkowy 40g (mleko) Szynka z indyka 40g (soja) Szpinak liście 10 g Ogórek konserwowy 90 g (gorczyca)	Kakao na mleku-250ml (mleko) Chleb graham – 100g (gluten) Masło- 10 g (mleko) Serek kanapkowy 40g (mleko) Szynka z indyka 40g (soja) Szpinak liście 10 g Ogórek konserwowy 90 g (gorczyca)	Kakao na mleku-250ml (mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło- 10 g (mleko) Serek kanapkowy 40g (mleko) Szynka z indyka 40g (soja) Szpinak liście 10 g Ogórek świeży b/s 90 g
II Śniadanie	Mandarynka 150g	Mandarynka 150g	Jabłko 150g
Obiad	Kompot owocowy z słodzikiem 250ml Zupa brokułowa z ryżem 400 ml (seler, mleko) Klopsiki drobiowe 100g (gluten, jaja, mleko) Sos pieczeniowy 100ml (gluten, mleko) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z marchwi i jabłka 150g	Kompot owocowy z słodzikiem 250ml Zupa brokułowa z ryżem 400 ml (seler, mleko) Klopsiki drobiowe 100g (gluten, jaja, mleko) Sos pieczeniowy 100ml (gluten, mleko) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z marchwi i jabłka 150g	Kompot owocowy z słodzikiem 250ml Zupa brokułowa z ryżem 400 ml (seler, mleko) Klopsiki drobiowe 100g (gluten, jaja, mleko) Sos jarzynowy 100ml (gluten, mleko) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z marchwi i jabłka 150g
Kolacja	Herbata czarna b/c 250 ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Wędlina z kurczaka 70 g (soja) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna b/c 250 ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Masło 10 g (mleko) Wędlina z kurczaka 70 g (soja) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10 g (mleko) Wędlina z kurczaka 70 g (soja) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g
Posiłek dodatkowy	Jogurt naturalny 150 ml (mleko)	Jogurt naturalny 150 ml (mleko)	Jogurt naturalny 150 ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2169/ B: 99,7,3 g/ W: 266,5 g/ Cukry: 47,8 g/ T: 83,7 g/ Tł. nasycone: 22,7 g/ Na: 2905 mg	Kcal: 2163/ B: 99,1 g/ W: 259,1 g/ Cukry: 47,8 g/ T: 83,9 g/ Tł. nasycone: 22,7 g/ Na: 2894 mg	Kcal: 2181/ B: 99,9 g/ W: 267,9 g/ Cukry: 45,4 g/ T: 83,3 g/ Tł. nasycone: 22,7 g/ Na: 2956 mg

piątek 10.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku-250ml (gluten, mleko) Bulka graham 100g (gluten) Masło- 10g (mleko) Pasta jajeczna z koperkiem 100g (jaja, mleko) Papryka świeża 90 g Rozspanka 10 g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (gluten, mleko) Bulka graham 100g (gluten) Masło- 10g (mleko) Pasta jajeczna z koperkiem 100g (jaja, mleko) Papryka świeża 90 g Rozspanka 10 g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (gluten, mleko) Bulka kajzerka 100g (gluten) Masło- 10g (mleko) Pasta jajeczna z koperkiem 100g (jaja, mleko) Pomidor 90 g Rozspanka 10 g
II Śniadanie	Banan 150g	Banan 150g	Banan 150g
Obiad	Woda butelkowana-500ml Zupa wielowarzywna z kaszą pęczak 400 ml (gluten, seler) Morszczuk pieczony w warzywach 130 g (gluten, seler) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki 150 g	Woda butelkowana-500ml Zupa wielowarzywna z kaszą pęczak 400 ml (gluten, seler) Morszczuk pieczony w warzywach 130g (seler, ryba) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki 150 g	Woda butelkowana-500ml Zupa grysikowa 400 ml (gluten, seler) Morszczuk pieczony w warzywach 130g (seler, ryba) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Dyńa pieczona w ziołach 150 g
Kolacja	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham - 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło – 10g (masło) Twarożek kanapkowy z ziołami 90g (mleko) (mleko) Mix sałat 25g Ogórek świeży 80g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Masło – 10g (masło) Twarożek kanapkowy z ziołami 90g (mleko) Mix sałat 25g Ogórek świeży 80g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (masło) Twarożek kanapkowy z ziołami 90g (mleko) Mix sałat 25g Ogórek świeży 80g
Posiłek dodatkowy	Sok wielowarzywny 300 ml	Sok wielowarzywny 300 ml	Sok wielowarzywny 300 ml
Wartości odżywcze	Kcal: 2287/ B: 110,1 g/ W: 307,2 g/ Cukry: 62,8 g/ T: 75,6 g/ Tł. nasycone: 28,3 g/ Na: 4013 mg	Kcal: 2103/ B: 101,4 g/ W: 279,5 g/ Cukry: 51,8 g/ T: 71,1 g/ Tł. nasycone: 26,8 g/ Na: 3788 mg	Kcal: 2372/ B: 110,6 g/ W: 321,3 g/ Cukry: 67,6 g/ T: 77,7 g/ Tł. nasycone: 28,9 g/ Na: 3521 mg

Sobota 11.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kakao na mleku-250ml (mleko) Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Masło – 10g (mleko) Paszтет drobiowy 2 szt 100g (soja, gluten) Rzodkiew biała 80 g Sałata rzymska 25 g	Kakao na mleku-250ml (mleko) Chleb graham – 100 g (gluten) Masło – 10g (mleko) Paszтет drobiowy 2 szt 100g (soja, gluten) Rzodkiew biała 80 g Sałata rzymska 25 g	Kakao na mleku-250ml (mleko) Chleb pszenny – 100 g (gluten) Masło – 10g (mleko) Paszтет drobiowy 2 szt 100g (soja, gluten) Pomidor 80 g Sałata rzymska 25 g
II Śniadanie	Mandarynki 150g	Mandarynki 150g	mus owocowy 100g
Obiad	Kompot owocowy z słodzikiem 250ml Zupa wielowarzywna z dynią i ziemniakami 400 ml (mleko, seler) Wątróbka drobiowa w sosie własnym 200 g (gluten, mleko) Kasza gryczana 200 g (gluten) Sałatka szwedzka 150 g	Kompot owocowy z słodzikiem 250ml Zupa wielowarzywna z dynią i ziemniakami 400 ml (mleko, seler) Wątróbka drobiowa w sosie własnym 200 g (gluten, mleko) Kasza gryczana 200 g (gluten) Sałatka szwedzka 150 g	Kompot owocowy z słodzikiem 250ml Zupa wielowarzywna z dynią i ziemniakami 400 ml (mleko, seler) Wątróbka drobiowa w sosie własnym 200 g (gluten, mleko) Kasza jęczmienna 200 g (gluten) Marchew gotowana 150 g
Kolacja	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Masło 10g (mleko) Galaretką drobiowa z warzywami 100 g (jaja, seler) Polędwica sopočka 20 g (soja) Szpinak liście 10 g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Masło 10g (mleko) Galaretką drobiowa z warzywami 100 g (jaja, seler) Polędwica sopočka 20 g (soja) Szpinak liście 10 g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10g (mleko) Galaretką drobiowa z warzywami 100 g (jaja, seler) Polędwica sopočka 20 g (soja) Szpinak liście 10 g
P. dodatkowy	Kefir 150 ml (mleko)	Kefir 150 ml (mleko)	Kefir 150 ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2159/B: 101,1 g/W: 298,9 g/Cukry:51,4g/ T: 68,6 g/ Tł. nasycone: 22,6 g/ Na: 3459 mg	Kcal: 2142/ B: 101 g/ W: 295,5 g/ Cukry: 51,4 g/ T: 68,8 g/ Tł. nasycone: 22,6 g/ Na: 3447 mg	Kcal: 2116/ B: 86,3 g/ W: 309,2 g/ Cukry: 48,7 g/ T: 63,9 g/ Tł. nasycone: 20,8 g/ Na: 2810 mg

Niedziela 12.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku-250ml (gluten, mleko) Chleb graham- 70g (sezam, gluten) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło-10g (mleko) Szynka z kurczaka 40 g (soja) Serek twarogowy 40 g (mleko) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (gluten, mleko) Chleb graham- 100g (sezam, gluten) Masło – 10g (mleko) Szynka z kurczaka 40 g (soja) Serek twarogowy 40 g (mleko) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (gluten, mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Szynka z kurczaka 40 g (soja) Serek twarogowy 40 g (mleko) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g
II Śniadanie	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad	Woda butelkowana-500ml Pomidorowa z makaronem 400ml (gluten, seler, jaja, mleko) Filet z kurczaka zapiekany z brokułem, papryką i mozzarellą 130g (gluten, mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z kapusty czerwonej 150 g (mleko)	Woda butelkowana-500ml Pomidorowa z makaronem 400ml (gluten, seler, Jaja, mleko) Filet z kurczaka zapiekany z brokułem, papryką i mozzarellą 130g (gluten, mleko) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z kapusty czerwonej 150 g (mleko)	Woda butelkowana-500ml Pomidorowa z makaronem 400ml (gluten, seler, Jaja, mleko) Filet z kurczaka zapiekany ze szpinakiem i mozzarellą 130g (mleko, gluten) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Szpinak gotowany 150 g
Kolacja	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Masło 10g (mleko) Sałatka ryżowa z kurczakiem i warzywami 150g (mleko) Sałata rzymska 25 g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Masło -10g (mleko) Sałatka ryżowa z kurczakiem i warzywami 150g (mleko) Sałata rzymska 25 g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło 10g (mleko) Sałatka ryżowa z kurczakiem i warzywami 150g (mleko) Sałata rzymska 25 g
Posiłek dodatkowy	Ciasto drożdżowe 70 g z słodzikiem (gluten, jaja, mleko)	Ciasto drożdżowe z słodzikiem 70 g (gluten, jaja, mleko)	Ciasto drożdżowe z słodzikiem 70 g (gluten, jaja, mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2200/ B: 103,8 g/ W: 271,9 g/ Cukry: 57g/ T: 81,7 g/ Tł. nasycone: 24,3 g/ Na: 2870 mg	Kcal: 2184/ B: 103,7 g/ W: 268,5 g/ Cukry: 57 g/ T: 81,9 g/ Tł. nasycone: 24,3 g/ Na: 2859 mg	Kcal: 2111/ B: 106,2 g/ W: 268,5 g/ Cukry: 50,4 g/ T: 71,9 g/ Tł. nasycone: 24,3 g/ Na: 2884 mg