

## 1. Dieta podstawowa

## 1A. Dieta lekkostrawna

## 2. Dieta wysokobiałkowa

## 3. Dieta niskobiałkowa

## 4. Dieta niskotłuszczowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)  
pieczywo mieszane – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
twarożek z warzywami – 50g (7)  
wędlina wieprzowa – 50g  
papryka – 50g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)  
Chleb pszenny – 130g (1)  
Masło – 20g (7)  
twarożek z warzywami – 50g (7)  
wędlina wieprzowa – 50g  
sałata - 5g  
Marchew do pochrupania  
50g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)  
pieczywo mieszane – 130g (1)  
masło – 10g (7)  
twarożek z warzywami – 90g (7)  
wędlina wieprzowa – 50g  
sałata - 5g  
Marchew do pochrupania  
50g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)  
pieczywo mieszane – 160g (1)  
masło – 30g (7)  
twarożek z warzywami – 50g (7)  
wędlina wieprzowa – 50g  
sałata - 5g  
Marchew do pochrupania  
50g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)  
pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 10g (7)  
wędlina drobiowa – 50g  
delikatna pasta z białka jaj z warzywami – 50g (3,G)  
sałata - 5g  
pomidor bez skórki – 35g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa jarzynowa – 350g (7,9) G  
łazanki wege – 450g (1,3) G  
sok – 250ml

### Obiad

Zupa jarzynowa – 350g (7,9) G  
Makaron z sosem jogurtowo truskawkowym – 320g (1,7,7) G  
Surówka z marchewki – 120g  
sok – 250ml

### Obiad

Zupa jarzynowa – 350g (7,9) G Gotowana  
Gotowana łopatka wieprzowa w lekkim białym sosie – 200g (1,7,9) G  
Ziemniaki – 100g G  
Gotowana marchewka – 120g G  
sok – 250ml

### Obiad

Zupa jarzynowa – 350g (7,9) G  
Makaron z sosem jogurtowo truskawkowym – 320g (1,7,7) G  
Surówka z marchewki – 120g  
sok – 250ml

### Obiad

Zupa grysikowa – 350g (1,7,9) G  
Gotowana łopatka wieprzowa w lekkim białym sosie – 120g (1,7,9) G  
Ziemniaki – 200g G  
Gotowana marchewka – 120g G  
sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo mieszane – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
serek kanapkowy – 50g (7)  
wędlina drobiowa – 50g  
ogórek – 40g  
sałata - 5g  
herbata – 300ml

### Kolacja

Pieczywo pszenne- 130g (1)  
Masło – 20g (7)  
serek kanapkowy – 50g (7)  
wędlina drobiowa – 50g  
Marchew do pochrupania  
50g  
herbata – 300ml

### Kolacja

pieczywo mieszane – 130g (1)  
masło – 10g (7)  
serek kanapkowy – 50g (7)  
wędlina drobiowa – 80g  
Marchew do pochrupania  
50g  
herbata – 300ml

### Kolacja

pieczywo mieszane – 160g (1)  
masło – 30g (7)  
serek kanapkowy – 50g (7)  
miód – 10g  
Marchew do pochrupania  
50g  
herbata – 300ml

### Kolacja

Pieczywo pszenne- 130g (1)  
masło – 10g (7)  
miód – 50g  
twaróg – 50g (7)  
pomidor – 50g (bez skórki)  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Mus owocowy – 100g

### 2 Kolacja

Mus owocowy – 100g

### 2 Kolacja

Mus owocowy – 100g

### 2 Kolacja

Mus owocowy – 100g

### 2 Kolacja

Mus owocowy – 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2174,8  
Białko [g] – 108,5  
Tłuszcz [g] – 71,4  
NKT [g] – 19,8  
Węglowodany [g] – 272,9  
Cukry proste [g] – 61,3  
Błonnik [g] – 28,7  
Sód [mg] – 1980

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2004,7  
Białko [g] – 118,7  
Tłuszcz [g] – 60,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 324,5  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] – 20,5  
Sód [mg] – 1970

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2198,7  
Białko [g] – 135,1  
Tłuszcz [g] – 66,8  
NKT [g] – 21,4  
Węglowodany [g] – 246,4  
Cukry proste [g] – 48,1  
Błonnik [g] – 21,2  
Sód [mg] – 2270

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2168,2  
Białko [g] – 64,8  
Tłuszcz [g] – 86,8  
NKT [g] – 21,4  
Węglowodany [g] – 306,4  
Cukry proste [g] – 58,4  
Błonnik [g] – 20,1  
Sód [mg] – 1960

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2184,7  
Białko [g] – 118,7  
Tłuszcz [g] – 50,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 324,5  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] – 19,2  
Sód [mg] – 1970

**11.04.2026, sobota**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

## 5. Dieta cukrzycowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 150g (1,7,G)  
Chleb żytni – 130g (1)  
Masło – 20g (7)  
twarożek z warzywami – 50g (7)  
wędlina wieprzowa – 50g  
sałata - 5g  
Marchew do pochrupania  
50g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa jarzynowa – 350g (7,9) G  
Gotowana łopatką wieprzowa w lekkim białym sosie  
– 200g (1,7,9) G  
Ziemniaki – 100g G  
Surówka z marchewki – 150g  
woda – 250ml

### Kolacja

Pieczywo żytnie- 130g (1)  
Masło – 20g (7)  
serek kanapkowy – 50g (7)  
wędlina drobiowa – 50g  
Marchew do pochrupania  
50g  
herbata– 300ml

### 2 Kolacja

Chleb żytni – 40g (1)  
Masło – 5g (7)  
Ser fromage– 25g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2154,8  
Białko [g] – 108,5  
Tłuszcz [g] – 71,4  
NKT [g] – 19,8  
Węglowodany [g] – 252,9  
Cukry proste [g] – 57,3  
Błonnik [g] – 29,4  
Sód [mg] – 1970

## 7. Dieta żołądkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)  
pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
serek kanapkowy śmietankowy – 50g (7)  
wędlina drobiowa – 50g  
sałata - 5g  
pomidor bez skórki – 35g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### 2 śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną – 150ml (1,7)

### Obiad

Zupa grysikowa – 350g (1,7,9) G  
Gotowana łopatką wieprzowa w lekkim białym sosie  
– 120g (1,7,9) G  
Ziemniaki – 200g G  
Gotowana marchewka – 120g G  
sok – 250ml

### Podwieczorek

kisiel – 100g

### Kolacja

Pieczywo pszenne- 130g (1)  
masło – 20g (7)  
miód – 50g  
twaróg – 50g (7)  
pomidor – 50g (bez skórki)  
herbata– 300ml

### 2 Kolacja

Mus owocowy – 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2004,7  
Białko [g] – 118,7  
Tłuszcz [g] – 60,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 324,5  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] – 20  
Sód [mg] – 1970

## 9A. Dieta płynna

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 450g (1,7,G)  
(zmiksowana)  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa grysikowa – 350g (1,7,9) G (zmiksowana)  
Papka obiadowa z ziemniakami, gotowaną marchewką i  
gotowaną sztuką mięsa wieprzowego w sosie- 600g  
(1,7,9) G sok – 250ml

### Kolacja

Koktajl owocowo-mleczny z dodatkiem płatków – 400g  
(1,7)  
herbata– 300ml

### 2 Kolacja

Mus owocowy – 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 1607  
Białko [g] – 78  
Tłuszcz [g] – 45  
NKT [g] – 11  
Węglowodany [g] – 254,4  
Cukry proste [g] – 65  
Błonnik [g] – 17,6  
Sód [mg] – 1770

## 9B. Dieta papkowata

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)  
pieczywo pszenne kawiorek bez skórki – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
serek kanapkowy śmietankowy – 50g (7)  
wędlina drobiowa – 50g (zmielona)  
sałata - 5g  
Cukinia gotowana [G] 50g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa grysikowa – 350g (1,7,9) G  
Gotowana łopatką wieprzowa w lekkim białym sosie –  
120g (1,7,9) G (zmielona)  
Ziemniaki – 200g G (pure)  
Gotowana marchewka – 120g G  
sok – 250ml

### Kolacja

Pieczywo pszenne kawiorek bez skórki- 130g (1)  
masło – 20g (7)  
miód – 50g  
twaróg – 50g (7) (zmielony)  
Cukinia gotowana [G] 50g  
herbata– 300ml

### 2 Kolacja

Mus owocowy – 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2004,7  
Białko [g] – 118,7  
Tłuszcz [g] – 60,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 324,5  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] – 20  
Sód [mg] – 1970

## 1. Dieta podstawowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (1,7,G)  
 pieczywo mieszane – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 pasta jajeczna – 50g (3,7)  
 wędlina drobiowa – 50g  
 sałata – 5g  
 papryka – 40g  
 kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa koperkowa – 350g (7,9) G  
 Ziemniaki – 200g G  
 Schab duszony w sosie koperkowym – 120g (1,7,9) D  
 Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo mieszane – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 dżem – 50g  
 wędlina wieprzowa – 50g  
 sałata – 5g  
 ogórek kiszony – 45g  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Jogurt – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2164,8  
 Białko [g] – 108,5  
 Tłuszcz [g] – 71,4  
 NKT [g] – 19,8  
 Węglowodany [g] – 272,9  
 Cukry proste [g] – 61,3  
 Błonnik [g] – 26  
 Sód [mg] – 1990

## 1A. Dieta lekkostrawna

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (1,7,G)  
 Pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 wędlina drobiowa – 50g  
 pasta jajeczna – 50g (3,7)  
 sałata – 5g  
 Cukinia gotowana [G] 50g  
 kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa koperkowa – 350g (7,9) G  
 Ziemniaki – 200g G  
 Gotowany schab w sosie koperkowym – 120g (1,7,9) G  
 Gotowany brokuł – 120g G  
 sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 dżem – 50g  
 wędlina wieprzowa – 50g  
 Cukinia gotowana [G] 50g  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Jogurt – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2014,7  
 Białko [g] – 118,7  
 Tłuszcz [g] – 60,1  
 NKT [g] – 14,9  
 Węglowodany [g] – 324,5  
 Cukry proste [g] – 59  
 Błonnik [g] – 22  
 Sód [mg] – 1970

## 2. Dieta wysokobiałkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (1,7,G)  
 Pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 10g (7)  
 wędlina drobiowa – 90g  
 pasta jajeczna – 50g (3,7)  
 sałata – 5g  
 Cukinia gotowana [G] 50g  
 kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa koperkowa – 350g (7,9) G  
 Ziemniaki – 100g G  
 Gotowany schab w sosie koperkowym – 200g (1,7,9) G  
 Gotowany brokuł – 120g G  
 sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 10g (7)  
 dżem – 50g  
 wędlina wieprzowa – 80g  
 Cukinia gotowana [G] 50g  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Jogurt – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2198,7  
 Białko [g] – 135,1  
 Tłuszcz [g] – 66,8  
 NKT [g] – 21,4  
 Węglowodany [g] – 246,4  
 Cukry proste [g] – 48,1  
 Błonnik [g] – 21  
 Sód [mg] – 2270

## 3. Dieta niskobiałkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (1,7,G)  
 pieczywo pszenne – 160g (1)  
 masło – 30g (7)  
 wędlina drobiowa – 10g  
 pasta jajeczna – 20g (3,7)  
 sałata – 5g  
 Cukinia gotowana [G] 50g  
 kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa koperkowa – 350g (7,9) G  
 Ziemniaki – 300g G  
 Gotowany schab w sosie koperkowym – 60g (1,7,9) G  
 Gotowany brokuł – 120g G  
 sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 160g (1)  
 masło – 30g (7)  
 dżem – 50g  
 wędlina wieprzowa – 10g  
 Cukinia gotowana [G] 50g

### 2 Kolacja

Galaretką – 200g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2158,2  
 Białko [g] – 64,8  
 Tłuszcz [g] – 86,8  
 NKT [g] – 21,4  
 Węglowodany [g] – 306,4  
 Cukry proste [g] – 58,4  
 Błonnik [g] – 21  
 Sód [mg] – 1960

## 4. Dieta niskotłuszczowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (1,7,G)  
 Pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 10g (7)  
 wędlina drobiowa – 50g  
 pasta z białek jaj – 50g (3,7)  
 sałata – 5g  
 pomidor – 40g (bez skórki)  
 kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa koperkowa – 350g (7,9) G  
 Ziemniaki – 200g G  
 Gotowany schab w sosie koperkowym – 120g (1,7,9) G  
 Gotowany brokuł – 120g G  
 sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 10g (7)  
 dżem – 50g  
 wędlina wieprzowa – 50g  
 pomidor – 50g (bez skórki)  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Jogurt – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2184,7  
 Białko [g] – 118,7  
 Tłuszcz [g] – 50,1  
 NKT [g] – 14,9  
 Węglowodany [g] – 324,5  
 Cukry proste [g] – 59  
 Błonnik [g] – 18  
 Sód [mg] – 1970

## 5. Dieta cukrzycowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną – 150g (1,7,G)  
 pieczywo żytnie – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 wędlina drobiowa – 50g (7)  
 pasta jajeczna – 50g (3,7)  
 sałata – 5g  
 Cukinia gotowana [G] 50g  
 kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa koperkowa – 350g (7,9) G  
 Ziemniaki – 150g G  
 Gotowany schab w sosie koperkowym – 120g (1,7,9) G  
 Gotowany brokuł – 150g G  
 woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo żytnie – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 pasztet – 50g  
 wędlina wieprzowa – 50g  
 Cukinia gotowana [G] 50g

### 2 Kolacja

Jogurt naturalny – 100g (7)  
 Pieczywo żytnie -40g (1)  
 Masło – 5g (1)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2154,8  
 Białko [g] – 108,5  
 Tłuszcz [g] – 71,4  
 NKT [g] – 19,8  
 Węglowodany [g] – 252,9  
 Cukry proste [g] – 57,3  
 Błonnik [g] - 27  
 Sód [mg] – 1970

## 7. Dieta żołądkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (1,7,G)  
 Pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 wędlina drobiowa – 50g  
 pasta z białek jaj – 50g (3,7)  
 sałata – 5g  
 pomidor – 40g (bez skórki)  
 kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### 2 śniadanie

Banan – 50g

### Obiad

Zupa koperkowa – 350g (7,9) G  
 Ziemniaki – 200g G  
 Gotowany schab w sosie koperkowym – 120g (1,7,9) G  
 Gotowany brokuł – 120g G  
 sok – 250ml

### Podwieczorek

kisiel – 100g

### Kolacja

pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 dżem – 50g  
 wędlina wieprzowa – 50g  
 pomidor – 50g (bez skórki)  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Jogurt – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2004,7  
 Białko [g] – 118,7  
 Tłuszcz [g] – 60,1  
 NKT [g] – 14,9  
 Węglowodany [g] – 324,5  
 Cukry proste [g] – 59  
 Błonnik [g] – 19  
 Sód [mg] – 1970

## 9A. Dieta płynna

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną – 450g (1,7,G) (zmiksowana)  
 kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa koperkowa – 350ml (7,9) G  
 (zmiksowana)  
 Papka obiadowa z ziemniakami, gotowanym schabem w sosie i gotowanym brokulem - 600g (1,7,9) G sok – 250ml

### Kolacja

Papka kolacyjna z pieczywa, masła, wędliny, twarożku i pomidora – 450g (1,7) (zmiksowana)  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Jogurt – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 1607  
 Białko [g] – 78  
 Tłuszcz [g] – 45  
 NKT [g] – 11  
 Węglowodany [g] – 254,4  
 Cukry proste [g] – 65  
 Błonnik [g] – 18  
 Sód [mg] – 1770

## 9B. Dieta papkowata

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (1,7,G)  
 pszenne kawiołek bez skórki – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 wędlina drobiowa – 50g (zmielona)  
 pasta jajeczna – 50g (3,7)  
 sałata – 5g  
 Cukinia gotowana [G] 50g  
 kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa koperkowa – 350g (7,9) G  
 Ziemniaki – 200g G (pure)  
 Gotowany schab w sosie koperkowym – 120g (1,7,9) G  
 (zmielony)  
 Gotowany brokuł – 120g G  
 sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne kawiołek bez skórki – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 dżem – 50g  
 wędlina wieprzowa – 50g (zmielona)  
 Cukinia gotowana [G] 50g  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Jogurt – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2004,7  
 Białko [g] – 118,7  
 Tłuszcz [g] – 60,1  
 NKT [g] – 14,9  
 Węglowodany [g] – 324,5  
 Cukry proste [g] – 59  
 Błonnik [g] – 20  
 Sód [mg] – 1970

## 1. Dieta podstawowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)  
pieczywo mieszane – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
serek topiony – 50g (7)  
parówka z szynki z szynki – 50g  
rzodkiewka – 10g  
papryka – 35g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Rosół z makaronem – 350g (1,3,7) G  
Ziemniaki – 200g G  
Pieczone bitki schabowe w sosie własnym – 120g P  
Surówka koperkowa z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g  
sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo mieszane – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
pasta z ryby – 50g (4)  
wędlna wieprzowa – 50g  
ogórek – 20g  
papryka – 30g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 200g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2169,7  
Białko [g] – 114,9  
Tłuszcz [g] – 71,8  
NKT [g] – 19,8  
Węglowodany [g] – 281,9  
Cukry proste [g] – 59,8  
Błonnik [g] – 28  
Sód [mg] – 1955

## 1A. Dieta lekkostrawna

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)  
Chleb pszenny – 130g (1)  
Masło – 20g (7)  
serek topiony – 50g (7)  
parówka z szynki – 50g  
sałata – 5g  
Marchew do pochrupania  
50g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Rosół z makaronem – 350g (1,3,7) G  
Ziemniaki – 200g G  
Gotowane bitki schabowe w sosie  
warzywnym – 120g (1,9) G  
Gotowane trio warzywne – 120g G  
sok – 250ml

### Kolacja

Pieczywo pszenne- 130g (1)  
Masło – 20g (7)  
pasta z ryby – 50g (4)  
wędlna wieprzowa – 50g  
Marchew do pochrupania 50g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 200g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2212,1  
Białko [g] – 117,4  
Tłuszcz [g] – 61,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 328,2  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] – 23  
Sód [mg] – 1945

## 2. Dieta wysokobiałkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)  
pieczywo mieszane – 130g (1)  
masło – 10g (7)  
wędlna – 80g  
parówka z szynki – 50g  
sałata – 5g  
Marchew do pochrupania  
50g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Rosół z makaronem – 350g (1,3,7) G  
Ziemniaki – 100g G  
Gotowane bitki schabowe w sosie  
warzywnym – 200g (1,9) G  
Gotowane trio warzywne – 120g G  
sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo mieszane – 130g (1)  
masło – 10g (7)  
pasta z ryby – 50g (4)  
wędlna wieprzowa – 90g  
Marchew do pochrupania 50g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 200g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2193,5  
Białko [g] – 135,1  
Tłuszcz [g] – 64,3  
NKT [g] – 21,4  
Węglowodany [g] – 241,2  
Cukry proste [g] – 48,1  
Błonnik [g] – 23  
Sód [mg] – 2005

## 3. Dieta niskobiałkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)  
pieczywo mieszane – 160g (1)  
masło – 30g (7)  
serek topiony – 10g (7)  
miód – 60g  
sałata – 5g  
Marchew do pochrupania 50g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Rosół z makaronem – 350g (1,3,7) G  
Ziemniaki – 300g G  
Gotowane bitki schabowe w sosie  
warzywnym – 60g (1,9) G  
Gotowane trio warzywne – 120g G  
sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo mieszane – 160g (1)  
masło – 30g (7)  
pasta z ryby – 10g (4)  
wędlna wieprzowa – 10g  
Marchew do pochrupania 50g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 200g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2138,4  
Białko [g] – 67,2  
Tłuszcz [g] – 87,9  
NKT [g] – 21,4  
Węglowodany [g] – 286,4  
Cukry proste [g] – 58,4  
Błonnik [g] – 22  
Sód [mg] – 1965

## 4. Dieta niskotłuszczowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)  
pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 10g (7)  
wędlna – 50g  
serek kanapkowy śmietankowy – 50g (7)  
sałata – 5g  
pomidor bez skórki – 35g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Rosół z makaronem – 350g (1,3,7) G  
Ziemniaki – 200g G  
Gotowane bitki schabowe w sosie  
warzywnym – 120g (1,9) G  
Gotowane trio warzywne – 120g G  
sok – 250ml

### Kolacja

Pieczywo pszenne- 130g (1)  
masło – 10g (7)  
wędlna wieprzowa – 50g  
delikatna pasta z ryby – 50g (4)  
pomidor – 50g (bez skórki)  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 200g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2172,1  
Białko [g] – 117,4  
Tłuszcz [g] – 50,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 328,2  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] – 21  
Sód [mg] – 1949

## 5. Dieta cukrzycowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 150g (7,G)  
Chleb żytni – 130g (1)  
Masło – 20g (7)  
serek topiony – 50g (7)  
parówka z szynki – 50g  
sałata – 5g  
Marchew do pochrupania  
50g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Rosół z makaronem – 350g (1,3,7) G  
Ziemniaki – 150g G  
Gotowane bitki schabowe w sosie warzywnym –  
120g (1,9) G  
Gotowane trio warzywne – 150g G  
woda – 250ml

### Kolacja

Pieczywo żytnie- 130g (1)  
Masło – 20g (7)  
pasta z ryby – 50g (4)  
wędlina wieprzowa – 50g  
Marchew do pochrupania  
50g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Chleb żytni – 40g (1)  
Masło – 5g (7)  
Ser fromage – 25g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2169,7  
Białko [g] – 114,9  
Tłuszcz [g] – 71,8  
NKT [g] – 19,8  
Węglowodany [g] – 261,9  
Cukry proste [g] – 59,8  
Błonnik [g] – 27  
Sód [mg] – 1989

## 7. Dieta żołądkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)  
pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
wędlina – 50g  
serek kanapkowy śmietankowy – 50g (7)  
sałata – 5g  
pomidor bez skórki – 35g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### 2 śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną – 150ml (1,7)

### Obiad

Rosół z makaronem – 350g (1,3,7) G  
Ziemniaki – 200g G  
Gotowane bitki schabowe w sosie warzywnym –  
120g (1,9) G  
Gotowane trio warzywne – 120g G  
sok – 250ml

### Podwieczorek

kisiel – 100g

### Kolacja

Pieczywo pszenne- 130g (1)  
masło – 20g (7)  
wędlina wieprzowa – 50g  
delikatna pasta z ryby – 50g (4)  
pomidor – 50g (bez skórki)  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 200g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2212,1  
Białko [g] – 117,4  
Tłuszcz [g] – 61,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 328,2  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] – 20  
Sód [mg] – 1949

## 9A. Dieta płynna

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 450g (7,G)  
(zmiksowana)  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Rosół z makaronem – 350g (1,3,7) G (zmiksowana)  
Papka obiadowa z ziemniakami, gotowanym schabem w  
sosie i gotowanym trio – 600g (1,9) G  
sok – 250ml

### Kolacja

Koktajl owocowo-mleczny z dodatkiem płatków – 400g  
(1,7)  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 200g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 1642,5  
Białko [g] – 87,4  
Tłuszcz [g] – 61  
NKT [g] – 15  
Węglowodany [g] – 236  
Cukry proste [g] – 44  
Błonnik [g] – 19  
Sód [mg] – 1869

## 9B. Dieta papkowata

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)  
pieczywo pszenne kawiołek bez skórki – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
wędlina – 50g (zmielona)  
serek kanapkowy śmietankowy – 50g (7)  
sałata – 5g  
Marchew gotowana 50g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Rosół z makaronem – 350g (1,3,7) G  
Ziemniaki – 200g G (pure)  
Gotowane bitki schabowe w sosie warzywnym – 120g (1,9) G  
(zmielone)  
Gotowane trio warzywne – 120g G  
sok – 250ml

### Kolacja

Pieczywo pszenne kawiołek bez skórki- 130g (1)  
masło – 20g (7)  
wędlina wieprzowa – 50g (zmielona)  
delikatna pasta z ryby – 50g (4)  
Marchew gotowana 50g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 200g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2212,1  
Białko [g] – 117,4  
Tłuszcz [g] – 61,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 328,2  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] – 20  
Sód [mg] – 1949

## 1. Dieta podstawowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)  
 pieczywo mieszane – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 ser żółty – 50g (7)  
 wędlina wieprzowa – 50g  
 papryka – 40g  
 sałata – 5g  
 kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem – 350g (7,9)  
 Gotowany pulpet z ciecierzycy w sosie szpinakowym – 120g (1,7,9) G  
 Ziemniaki – 200g G  
 Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju rzepakowego – 120g  
 sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo mieszane – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 serek topiony – 50g (4)  
 wędlina drobiowa – 50g  
 ogórek kiszony – 40g  
 rzodkiewka – 10g  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Mus owocowy – 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2169,7  
 Białko [g] – 114,9  
 Tłuszcz [g] – 71,8  
 NKT [g] – 19,8  
 Węglowodany [g] – 281,9  
 Cukry proste [g] – 59,8  
 Błonnik [g] – 29  
 Sód [mg] – 1955

## 1A. Dieta lekkostrawna

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)  
 Chleb pszenny – 130g (1)  
 Masło – 20g (7)  
 ser żółty – 50g (7)  
 wędlina wieprzowa – 50g  
 Marchew gotowana 50g  
 sałata – 5g  
 kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem – 350g (7,9)  
 Gotowany pulpet warzywny z pietruszki, selera i marchewki w sosie szpinakowym – 120g (1,7,9) G  
 Ziemniaki – 200g G  
 Gotowane buraczki – 120g G  
 sok – 250ml

### Kolacja

Pieczywo pszenne- 130g (1)  
 Masło – 20g (7)  
 serek topiony – 50g (4)  
 wędlina drobiowa – 50g  
 Marchew gotowana 50g  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Mus owocowy – 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2212,1  
 Białko [g] – 117,4  
 Tłuszcz [g] – 61,1  
 NKT [g] – 14,9  
 Węglowodany [g] – 328,2  
 Cukry proste [g] – 59  
 Błonnik [g] – 19  
 Sód [mg] – 1945

## 2. Dieta wysokobiałkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)  
 pieczywo mieszane – 130g (1)  
 masło – 10g (7)  
 ser żółty – 50g (7)  
 wędlina wieprzowa – 80g  
 Marchew gotowana 50g  
 sałata – 5g  
 kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem – 350g (7,9)  
 Gotowany pulpet warzywny z pietruszki, selera i marchewki w sosie szpinakowym – 120g (1,7,9) G  
 Ziemniaki – 100g G  
 Gotowane buraczki – 120g G  
 sok – 250ml  
 Serek wiejski – 150g (7)

### Kolacja

pieczywo mieszane – 130g (1)  
 masło – 10g (7)  
 serek topiony – 50g (4)  
 wędlina drobiowa – 80g  
 Marchew gotowana 50g  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Mus owocowy – 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2193,5  
 Białko [g] – 135,1  
 Tłuszcz [g] – 64,3  
 NKT [g] – 21,4  
 Węglowodany [g] – 241,2  
 Cukry proste [g] – 48,1  
 Błonnik [g] – 20  
 Sód [mg] – 2005

## 3. Dieta niskobiałkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)  
 pieczywo mieszane – 160g (1)  
 masło – 30g (7)  
 ser żółty – 10g (7)  
 wędlina wieprzowa – 10g  
 Marchew gotowana 50g  
 sałata – 5g  
 kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem – 350g (7,9)  
 Gotowany pulpet warzywny z pietruszki, selera i marchewki w sosie szpinakowym – 120g (1,7,9) G  
 Ziemniaki – 200g G  
 Gotowane buraczki – 120g G  
 sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo mieszane – 160g (1)  
 masło – 30g (7)  
 serek topiony – 10g (4)  
 wędlina drobiowa – 10g  
 Marchew gotowana 50g  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Mus owocowy – 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2138,4  
 Białko [g] – 67,2  
 Tłuszcz [g] – 87,9  
 NKT [g] – 21,4  
 Węglowodany [g] – 286,4  
 Cukry proste [g] – 58,4  
 Błonnik [g] – 20  
 Sód [mg] – 1965

## 4. Dieta niskotłuszczowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)  
 pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 10g (7)  
 wędlina drobiowa – 50g  
 serek kanapkowy – 50g (7)  
 sałata – 5g  
 pomidor bez skórki – 35g  
 kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa cukiniowa – 350ml (7,9) G  
 Gotowany pulpet warzywny z pietruszki, selera i marchewki w sosie szpinakowym – 120g (1,7,9) G  
 Ziemniaki – 200g G  
 Gotowane buraczki – 120g G  
 sok – 250ml

### Kolacja

Pieczywo pszenne- 130g (1)  
 masło – 10g (7)  
 wędlina drobiowa – 50g  
 twarożek słodki – 50g (7)  
 pomidor – 50g (bez skórki)  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Mus owocowy – 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2172,1  
 Białko [g] – 117,4  
 Tłuszcz [g] – 50,1  
 NKT [g] – 14,9  
 Węglowodany [g] – 328,2  
 Cukry proste [g] – 59  
 Błonnik [g] – 18  
 Sód [mg] – 1949

## 5. Dieta cukrzycowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 150g (1,7,G)  
Chleb żytni – 130g (1)  
Masło – 20g (7)  
ser żółty – 50g (7)  
wędlna wieprzowa – 50g  
Marchew do  
pochrupania 50g  
sałata – 5g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem brązowym – 350g (7,9)  
Gotowany pulpet z ciecierzycy w sosie szpinakowym – 120g (1,7,9) G  
Ziemniaki – 150g G  
Surówka z surowych buraków – 150g  
woda – 250ml

### Kolacja

Pieczywo żytnie- 130g (1)  
Masło – 20g (7)  
serek topiony – 50g (4)  
wędlna drobiowa – 50g  
Marchew do pochrupania  
50g  
herbata– 300ml

### 2 Kolacja

Chleb żytni – 40g (1)  
Masło – 5g (7)  
Ser fromage– 25g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2169,7  
Białko [g] – 114,9  
Tłuszcz [g] – 71,8  
NKT [g] – 19,8  
Węglowodany [g] – 261,9  
Cukry proste [g] – 59,8  
Błonnik [g] – 32  
Sód [mg] – 1989

## 7. Dieta żołądkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)  
pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
wędlna drobiowa – 50g  
serek kanapkowy – 50g (7)  
sałata – 5g  
pomidor bez skórki – 35g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### 2 śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną – 150ml (1,7)

### Obiad

Zupa cukiniowa– 350ml (7,9) G  
Gotowany pulpet warzywny z pietruszki, selera i marchewki w sosie szpinakowym – 120g (1,7,9) G  
Ziemniaki – 200g G  
Gotowane buraczki – 120g G  
sok – 250ml

### Podwieczerek

kisiel – 100g

### Kolacja

Pieczywo pszenne- 130g (1)  
masło – 20g (7)  
wędlna drobiowa – 50g  
twarożek słodki – 50g (7)  
pomidor – 50g (bez skórki)  
herbata– 300ml

### 2 Kolacja

Mus owocowy – 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2212,1  
Białko [g] – 117,4  
Tłuszcz [g] – 61,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 328,2  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] – 19  
Sód [mg] – 1949

## 9A. Dieta płynna

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 450g (1,7,G)  
(zmiksowana)  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa cukiniowa– 350ml (7,9) G (zmiksowana)  
Papka obiadowa z ziemniakami i gotowanymi pulpetami warzywnymi i gotowanymi buraczkami - 600g (1,7,9) G sok – 250ml

### Kolacja

Koktajl owocowo-mleczny z dodatkiem płatków – 400g (1,7)  
herbata– 300ml

### 2 Kolacja

Mus owocowy – 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 1642,5  
Białko [g] – 87,4  
Tłuszcz [g] – 61  
NKT [g] – 15  
Węglowodany [g] – 236  
Cukry proste [g] – 44  
Błonnik [g] – 18  
Sód [mg] – 1869

## 9B. Dieta papkowata

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)  
pieczywo pszenne kawiołek bez skórki – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
serek kanapkowy śmietankowy – 50g (7)  
wędlna drobiowa – 50g (zmielona)  
sałata – 5g  
Marchew gotowana 50g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa cukiniowa– 350ml (7,9) G  
Gotowany pulpet warzywny z pietruszki, selera i marchewki w sosie szpinakowym – 120g (1,7,9) G (zmielony)  
Ziemniaki – 200g G (pure)  
Gotowane buraczki – 120g G  
sok – 250ml

### Kolacja

Pieczywo pszenne kawiołek bez skórki- 130g (1)  
masło – 20g (7)  
miód – 50g  
wędlna drobiowa – 50g (zmielona)  
twarożek słodki – 50g (7) (zmielony)  
Marchew gotowana 50g  
herbata– 300ml

### 2 Kolacja

Mus owocowy – 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2212,1  
Białko [g] – 117,4  
Tłuszcz [g] – 61,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 328,2  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] – 19  
Sód [mg] – 1949

## 1. Dieta podstawowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g(1,7,G)  
 pieczywo mieszane – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 wędlina wieprzowa– 50g  
 ser żółty – 50g (7)  
 sałata – 5g  
 papryka – 40g  
 kawa z mlekiem – 300ml (7)

### Obiad

Zupa szczawiowa – 350g (7,9) G  
 Kasza bulgur – 200g (1) G  
 Smażony gulasz z indyka w sosie pieczarkowym  
 – 120g (9) S  
 Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem  
 oleju rzepakowego – 120g G  
 sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo mieszane – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 wędlina drobiowa– 50g  
 kanapkowa pasta z fasoli – 50g  
 ogórek – 20g  
 papryka – 20g  
 sałata – 5g  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Budyń – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2174,8  
 Białko [g] – 108,5  
 Tłuszcz [g] – 71,4  
 NKT [g] – 19,8  
 Węglowodany [g] – 272,9  
 Cukry proste [g] – 61,3  
 Błonnik [g] - 30  
 Sód [mg] – 1980

## 1A. Dieta lekkostrawna

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g(1,7,G)  
 pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 ser żółty – 50g (7)  
 wędlina wieprzowa – 50g  
 sałata – 5g  
 kawa z mlekiem – 300ml (7)

### Obiad

Zupa ryżowa– 350g (7,9) G  
 Gotowany gulasz z indyka w sosie cukiniowo  
 marchewkowym – 120g (9) G  
 Kasza kuskus – 200g (1) G  
 Gotowane buraczki – 120g G  
 sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 dżem – 50g  
 wędlina drobiowa– 50g  
 Marchew do pochrupania 50g  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Budyń – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2004,7  
 Białko [g] – 118,7  
 Tłuszcz [g] – 60,1  
 NKT [g] – 14,9  
 Węglowodany [g] – 324,5  
 Cukry proste [g] – 59  
 Błonnik [g] - 20  
 Sód [mg] – 1970

## 2. Dieta wysokobiałkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g(1,7,G)  
 pieczywo mieszane – 130g (1)  
 masło – 10g (7)  
 ser żółty – 50g (7)  
 wędlina wieprzowa – 90g  
 sałata – 5g  
 kawa z mlekiem – 300ml (7)

### Obiad

Zupa ryżowa– 350g (7,9) G  
 Gotowany gulasz z indyka w sosie cukiniowo  
 marchewkowym – 200g (9) G  
 Kasza kuskus – 100g (1) G  
 Gotowane buraczki – 120g G  
 sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo mieszane – 130g (1)  
 masło – 10g (7)  
 dżem – 20g  
 wędlina drobiowa– 80g  
 Marchew do pochrupania 50g  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Budyń – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2198,7  
 Białko [g] – 135,1  
 Tłuszcz [g] – 66,8  
 NKT [g] – 21,4  
 Węglowodany [g] – 246,4  
 Cukry proste [g] – 48,1  
 Błonnik [g] - 19  
 Sód [mg] – 2270

## 3. Dieta niskobiałkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g(1,7,G)  
 pieczywo mieszane – 160g (1)  
 masło – 30g (7)  
 miód – 60g  
 wędlina wieprzowa – 10g  
 sałata – 5g  
 kawa z mlekiem – 300ml (7)

### Obiad

Zupa ryżowa– 350g (7,9) G  
 Gotowany gulasz z indyka w sosie cukiniowo  
 marchewkowym – 60g (9) G  
 Kasza kuskus – 300g (1) G  
 Gotowane buraczki – 120g G  
 sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo mieszane – 160g (1)  
 masło – 30g (7)  
 dżem – 50g  
 wędlina drobiowa– 10g  
 Marchew do pochrupania 50g  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 100g (G)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2168,2  
 Białko [g] – 64,8  
 Tłuszcz [g] – 86,8  
 NKT [g] – 21,4  
 Węglowodany [g] – 306,4  
 Cukry proste [g] – 58,4  
 Błonnik [g] - 20  
 Sód [mg] – 1960

## 4. Dieta niskotłuszczowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g(1,7,G)  
 pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 10g (7)  
 dżem – 50g  
 serek grani – 50g (7)  
 sałata – 5g  
 kawa z mlekiem – 300ml (7)

### Obiad

Zupa ryżowa– 350g (7,9) G  
 Gotowany gulasz z indyka w sosie cukiniowo  
 marchewkowym – 120g (9) G  
 Ziemniaki – 200g G  
 Gotowane buraczki – 120g G  
 sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 10g (7)  
 wędlina drobiowa– 50g  
 serek kanapkowy – 50g (7)  
 sałata z pomidorkami bez skórki – 50g  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Budyń – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2184,7  
 Białko [g] – 118,7  
 Tłuszcz [g] – 50,1  
 NKT [g] – 14,9  
 Węglowodany [g] – 324,5  
 Cukry proste [g] – 59  
 Błonnik [g] - 17,5  
 Sód [mg] – 1970

**15.04.2026, środa**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

## 5. Dieta cukrzycowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 150g(1,7,G)  
pieczywo żytnie – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
serek wiejski – 50g (7)  
wędlina wieprzowa – 50g  
sałata – 5g  
kawa z mlekiem – 300ml (7)

### Obiad

Zupa ryżowa– 350g (7,9) G  
Gotowany gulasz z indyka w sosie cukiniowo  
marchewkowym – 120g (9) G  
Ziemniaki – 150g G  
Gotowany kalafior – 150g G  
sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo żytnie – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
kanapkowa pasta z fasoli – 50g  
wędlina drobiowa – 50g  
Marchew do pochrupania 50g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Chleb żytni – 40g (1)  
Masło – 5g (7)  
Ser topiony – 25g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2154,8  
Białko [g] – 108,5  
Tłuszcz [g] – 71,4  
NKT [g] – 19,8  
Węglowodany [g] – 252,9  
Cukry proste [g] – 57,3  
Błonnik [g] - 32  
Sód [mg] – 1970

## 7. Dieta żołądkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g(1,7,G)  
pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
dżem– 50g  
serek grani – 50g (7)  
sałata – 5g  
kawa z mlekiem – 300ml (7)

### 2 śniadanie Galaretką – 100g

### Obiad

Zupa ryżowa– 350g (7,9) G  
Gotowany gulasz z indyka w sosie cukiniowo  
marchewkowym – 120g (9) G  
Ziemniaki – 200g G  
Gotowane buraczki – 120g G  
sok – 250ml

### Podwieczorek

Jogurt – 100g (7)

### Kolacja

pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
jabłko pieczone – 100g (P)  
serek kanapkowy – 50g (7)  
sałata z pomidorkami bez skórki – 50g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Budyń – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2004,7  
Białko [g] – 118,7  
Tłuszcz [g] – 60,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 324,5  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] - 21  
Sód [mg] – 1970

## 9A. Dieta płynna

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 450g(1,7,G) (zmiksowana)  
kawa z mlekiem – 300ml (7)

### Obiad

Zupa ryżowa– 350g (7,9) G  
(zmiksowana)  
Papka obiadowa z ziemniakami, gotowany gulasz z indyka i  
gotowane buraczki- 600g (9) G (zmielone) sok – 250ml

### Kolacja

Koktajl z jogurtem, burakiem, bananem i truskawką – 400g  
(7)  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Budyń – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 1607  
Białko [g] – 78  
Tłuszcz [g] – 45  
NKT [g] – 11  
Węglowodany [g] – 254,4  
Cukry proste [g] – 65  
Błonnik [g] - 19  
Sód [mg] – 1770

## 9B. Dieta papkowata

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g(1,7,G)  
pieczywo pszenne kawiorek bez skórki – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
dżem– 50g  
serek grani – 50g (7) (zmielony)  
sałata – 5g  
kawa z mlekiem – 300ml (7)

### Obiad

Zupa ryżowa– 350g (7,9) G  
Gotowany gulasz z indyka w sosie cukiniowo  
marchewkowym – 120g (9) G (zmielony)  
Ziemniaki – 200g G (pure)  
Gotowane buraczki – 120g G  
sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne kawiorek bez skórki – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
jabłko pieczone – 100g (P)  
serek kanapkowy – 50g (7)  
Cukinia gotowana 50g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Budyń – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2004,7  
Białko [g] – 118,7  
Tłuszcz [g] – 60,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 324,5  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] - 20  
Sód [mg] – 1970

## 1. Dieta podstawowa

## 1A. Dieta lekkostrawna

## 2. Dieta wysokobiałkowa

## 3. Dieta niskobiałkowa

## 4. Dieta niskotłuszczowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)  
 pieczywo mieszane – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 sałatka jarzynowa – 60g (3,7,10)  
 serek topiony – 20g (7)  
 wędlna drobiowa – 30g  
 sałata – 5g  
 papryka – 40g  
 kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)  
 Chleb pszenny – 130g (1)  
 Masło – 20g (7)  
 Delikatna sałatka jarzynowa – 60g (3,7)  
 serek topiony – 20g (7)  
 wędlna drobiowa – 30g  
 sałata – 5g  
 Cukinia gotowana 50g  
 kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)  
 pieczywo mieszane – 130g (1)  
 masło – 10g (7)  
 Delikatna sałatka jarzynowa – 60g (3,7)  
 serek topiony – 20g (7)  
 wędlna drobiowa – 70g  
 sałata – 5g  
 Cukinia gotowana 50g  
 kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)  
 pieczywo mieszane – 160g (1)  
 masło – 30g (7)  
 Delikatna sałatka jarzynowa – 60g (3,7)  
 serek topiony – 10g (7)  
 sałata – 5g  
 Cukinia gotowana 50g  
 kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)  
 pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 10g (7)  
 serek kanapkowy śmietankowy – 50g (7)  
 Delikatna sałatka jarzynowa – 60g (3,7)  
 sałata – 5g  
 pomidor bez skórki – 35g  
 kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa pieczarkowa – 350g (7,9) G  
 Ziemniaki – 200g G  
 Pieczone udko z kurczaka – 120g P  
 Gotowane trio warzywne skropione olejem rzepakowym – 120g G  
 sok – 250ml

### Obiad

Zupa pietruszkowa – 350g (7,9) G  
 Ziemniaki – 200g G  
 Gotowane udko z kurczaka w sosie bazyliowym – 120g (1,7,9) G  
 Gotowane trio warzywne skropione olejem rzepakowym – 120g G  
 sok – 250ml

### Obiad

Zupa pietruszkowa – 350g (7,9) G  
 Ziemniaki – 100g G  
 Gotowane udko z kurczaka w sosie bazyliowym – 200g (1,7,9) G  
 Gotowane trio warzywne skropione olejem rzepakowym – 120g G  
 sok – 250ml

### Obiad

Zupa pietruszkowa – 350g (7,9) G  
 Ziemniaki – 300g G  
 Gotowane udko z kurczaka w sosie bazyliowym – 60g (1,7,9) G  
 Gotowane trio warzywne skropione olejem rzepakowym – 120g G  
 sok – 250ml

### Obiad

Zupa pietruszkowa – 350g (7,9) G  
 Ziemniaki – 200g G  
 Gotowane udko z kurczaka w sosie bazyliowym – 120g (1,7,9) G  
 Gotowane trio warzywne – 120g G  
 sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo mieszane – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 wędlna wieprzowa – 50g  
 ser żółty – 50g (7)  
 ogórek kiszony – 40g  
 sałata – 5g  
 herbata – 300ml

### Kolacja

Pieczywo pszenne- 130g (1)  
 Masło – 20g (7)  
 wędlna wieprzowa – 50g  
 ser żółty – 50g (7)  
 Cukinia gotowana 50g  
 herbata – 300ml

### Kolacja

pieczywo mieszane – 130g (1)  
 masło – 10g (7)  
 wędlna wieprzowa – 80g  
 ser żółty – 50g (7)  
 Cukinia gotowana 50g  
 herbata – 300ml

### Kolacja

pieczywo mieszane – 160g (1)  
 masło – 30g (7)  
 wędlna wieprzowa – 10g  
 ser żółty – 10g (7)  
 Cukinia gotowana 50g  
 herbata – 300ml

### Kolacja

Pieczywo pszenne- 130g (1)  
 masło – 10g (7)  
 miód – 50g  
 twaróg – 50g (7)  
 pomidor – 50g (bez skórki)  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Jabłko – 100g

### 2 Kolacja

Jabłko pieczone – 100g P

### 2 Kolacja

Jabłko pieczone – 100g P

### 2 Kolacja

Jabłko pieczone – 100g P

### 2 Kolacja

Jabłko pieczone – 100g P

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2169,7  
 Białko [g] – 114,9  
 Tłuszcz [g] – 71,8  
 NKT [g] – 19,8  
 Węglowodany [g] – 281,9  
 Cukry proste [g] – 59,8  
 Błonnik [g] – 26,5  
 Sód [mg] – 1955

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2212,1  
 Białko [g] – 117,4  
 Tłuszcz [g] – 61,1  
 NKT [g] – 14,9  
 Węglowodany [g] – 328,2  
 Cukry proste [g] – 59  
 Błonnik [g] – 19  
 Sód [mg] – 1945

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2193,5  
 Białko [g] – 135,1  
 Tłuszcz [g] – 64,3  
 NKT [g] – 21,4  
 Węglowodany [g] – 241,2  
 Cukry proste [g] – 48,1  
 Błonnik [g] – 20  
 Sód [mg] – 2005

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2138,4  
 Białko [g] – 67,2  
 Tłuszcz [g] – 87,9  
 NKT [g] – 21,4  
 Węglowodany [g] – 286,4  
 Cukry proste [g] – 58,4  
 Błonnik [g] – 19  
 Sód [mg] – 1965

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2172,1  
 Białko [g] – 117,4  
 Tłuszcz [g] – 50,1  
 NKT [g] – 14,9  
 Węglowodany [g] – 328,2  
 Cukry proste [g] – 59  
 Błonnik [g] – 18  
 Sód [mg] – 1949

## 5. Dieta cukrzycowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 150g (7,G)  
Chleb żytni – 130g (1)  
Masło – 20g (7)  
Delikatna sałatka jarzynowa – 60g (3,7)  
serek topiony – 20g (7)  
wędlina drobiowa – 70g  
sałata – 5g  
Cukinia gotowana 50g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa pietruszkowa – 350g (7,9) G  
Ziemniaki – 150g G  
Gotowana udko z kurczaka w sosie bazyliowym – 120g (1,7,9) G  
Gotowane trio warzywne skropione olejem rzepakowym – 150g G  
woda – 250ml

### Kolacja

Pieczywo żytnie- 130g (1)  
Masło – 20g (7)  
wędlina wieprzowa– 50g  
ser żółty – 50g (7)  
Cukinia gotowana 50g  
herbata– 300ml

### 2 Kolacja

Chleb żytni – 40g (1)  
Masło – 5g (7)  
Ser fromage– 25g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2169,7  
Białko [g] – 114,9  
Tłuszcz [g] – 71,8  
NKT [g] – 19,8  
Węglowodany [g] – 261,9  
Cukry proste [g] – 59,8  
Błonnik [g] - 28  
Sód [mg] – 1989

## 7. Dieta żołądkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)  
pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
serek kanapkowy śmietankowy – 50g (7)  
Delikatna sałatka jarzynowa – 60g (3,7)  
sałata – 5g  
pomidor bez skórki – 35g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### 2 śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną – 150ml (1,7)

### Obiad

Zupa pietruszkowa – 350g (7,9) G  
Ziemniaki – 200g G  
Gotowana udko z kurczaka w sosie bazyliowym – 120g (1,7,9) G  
Gotowane trio warzywne – 120g G  
sok – 250ml

### Podwieczorek

kisiel – 100g

### Kolacja

Pieczywo pszenne- 130g (1)  
masło – 20g (7)  
miód – 50g  
twaróg – 50g (7)  
pomidor – 50g (bez skórki)  
herbata– 300ml

### 2 Kolacja

Jabłko pieczone – 100g P

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2212,1  
Białko [g] – 117,4  
Tłuszcz [g] – 61,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 328,2  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] - 20  
Sód [mg] – 1949

## 9A. Dieta płynna

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 450g (7,G)  
(zmiksowana)  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa pietruszkowa – 350g (7,9) G  
(zmiksowana)  
Papka obiadowa z ziemniakami, gotowanym udkiem w sosie i gotowanym trio warzywnym- 600g (1,7,9) G  
sok – 250ml

### Kolacja

Koktajl owocowo-mleczny z dodatkiem płatków – 400g (1,7)  
herbata– 300ml

### 2 Kolacja

Jabłko pieczone – 100g P

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 1642,5  
Białko [g] – 87,4  
Tłuszcz [g] – 61  
NKT [g] – 15  
Węglowodany [g] – 236  
Cukry proste [g] – 44  
Błonnik [g] - 17  
Sód [mg] – 1869

## 9B. Dieta papkowata

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)  
pieczywo pszenne kawiorek bez skórki – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
serek kanapkowy śmietankowy – 50g (7)  
Delikatna sałatka jarzynowa – 60g (3,7)  
sałata – 5g  
Cukinia gotowana 50g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa pietruszkowa – 350g (7,9) G  
Ziemniaki – 200g G (pure)  
Gotowana udko z kurczaka w sosie bazyliowym – 120g (1,7,9) G (zmielone)  
Gotowane trio warzywne – 120g G  
sok – 250ml

### Kolacja

Pieczywo pszenne kawiorek bez skórki- 130g (1)  
masło – 20g (7)  
miód – 50g  
twaróg – 50g (7) (zmielony)  
Cukinia gotowana 50g  
herbata– 300ml

### 2 Kolacja

Jabłko pieczone – 100g P

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2212,1  
Białko [g] – 117,4  
Tłuszcz [g] – 61,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 328,2  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] - 20  
Sód [mg] – 1949

## 1. Dieta podstawowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)  
pieczywo mieszane – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
dżem – 50g  
serek kanapkowy – 50g (7)  
ogórek – 50g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa kalafiorowa – 350g (7,9) G  
Smażona miruna z panierką – 120g (1,3,4,7) S  
Ziemniaki z wody – 200g G  
Surówka z kapusty kiszanej z dodatkiem oleju  
słonecznikowego – 120g  
sok – 250ml

### Kolacja

Pieczywo mieszane – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
pasta jajeczna – 50g (3,7)  
serek topiony – 50g (7)  
sałata – 5g  
papryka – 40g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 150g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2174,8  
Białko [g] – 108,5  
Tłuszcz [g] – 71,4  
NKT [g] – 19,8  
Węglowodany [g] – 272,9  
Cukry proste [g] – 61,3  
Błonnik [g] – 28,7  
Sód [mg] – 1980

## 1A. Dieta lekkostrawna

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)  
pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
dżem – 50g  
serek kanapkowy – 50g (7)  
sałata – 5g  
Marchew do pochrupania  
50g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa kalafiorowa – 350g (7,9) G  
Gotowana miruna w sosie pomidorowo  
koperkowym – 120g (1,4,7,9) G  
Ziemniaki z wody – 200g G  
Gotowana marchewka – 120g G  
sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
pasta jajeczna – 50g (3,7)  
serek topiony – 50g (7)  
sałata – 5g  
Marchew do  
pochrupania 50g

herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 150g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2004,7  
Białko [g] – 118,7  
Tłuszcz [g] – 60,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 324,5  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] – 20,5  
Sód [mg] – 1970

## 2. Dieta wysokobiałkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)  
pieczywo mieszane – 130g (1)  
masło – 10g (7)  
wędlina drobiowa – 90g  
serek kanapkowy – 30g (7)  
sałata – 5g  
Marchew do pochrupania  
50g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa kalafiorowa – 350g (7,9) G  
Gotowana miruna w sosie pomidorowo  
koperkowym – 200g (1,4,7,9) G  
Ziemniaki z wody – 100g G  
Gotowana marchewka – 120g G  
sok – 250ml

### Kolacja

Pieczywo mieszane – 130g (1)  
masło – 10g (7)  
pasta jajeczna – 50g (3,7)  
serek topiony – 50g (7)  
sałata – 5g  
Marchew do  
pochrupania 50g

herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 150g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2198,7  
Białko [g] – 135,1  
Tłuszcz [g] – 66,8  
NKT [g] – 21,4  
Węglowodany [g] – 246,4  
Cukry proste [g] – 48,1  
Błonnik [g] – 21,2  
Sód [mg] – 2270

## 3. Dieta niskobiałkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)  
pieczywo mieszane – 160g (1)  
masło – 30g (7)  
dżem – 60g  
serek kanapkowy – 10g (7)  
sałata – 5g  
Marchew do pochrupania  
50g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa kalafiorowa – 350g (7,9) G  
Gotowana miruna w sosie pomidorowo  
koperkowym – 60g (1,4,7,9) G  
Ziemniaki z wody – 300g G  
Gotowana marchewka – 120g G  
sok – 250ml

### Kolacja

Pieczywo mieszane – 160g (1)  
masło – 30g (7)  
pasta jajeczna – 10g (3,7)  
serek topiony – 10g (7)  
sałata – 5g  
Marchew do  
pochrupania 50g

herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 150g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2168,2  
Białko [g] – 64,8  
Tłuszcz [g] – 86,8  
NKT [g] – 21,4  
Węglowodany [g] – 306,4  
Cukry proste [g] – 58,4  
Błonnik [g] – 20,1  
Sód [mg] – 1960

## 4. Dieta niskotłuszczowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)  
pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 10g (7)  
dżem – 50g  
serek kanapkowy – 50g (7)  
pomidor – 50g (bez skórki)  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa owocowa – 350g G  
Gotowana miruna w sosie pomidorowo  
koperkowym – 120g (1,4,7,9) G  
Ziemniaki z wody – 200g G  
Gotowana marchewka – 120g G  
sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 10g (7)  
pasta z białek jaj – 50g (3,7)  
pasta twarogowa z warzywami – 50g (G)  
sałata – 5g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 150g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2184,7  
Białko [g] – 118,7  
Tłuszcz [g] – 50,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 324,5  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] – 19,2  
Sód [mg] – 1970

**17.04.2026, piątek**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

## 5. Dieta cukrzycowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 150g (7,G)  
pieczywo żytnie – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
wędlina drobiowa – 50g  
serek kanapkowy – 50g (7)  
sałata – 5g  
Marchew do pochrupania  
50g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa kalafiorowa – 350g (7,9) G  
Gotowana miruna w sosie pomidorowo koperkowym – 120g  
(1,4,7,9) G  
Ziemniaki z wody – 150g G  
Surówka z marchewki – 150g  
sok – 250ml woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo żytnie – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
pasta jajeczna – 50g (3,7)  
serek topiony – 50g (7)  
sałata – 5g  
Marchew do  
pochrupania 50g

herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Jogurt naturalny – 100g (7)  
Chleb żytni - 40g (7)  
Masło – 5g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2154,8  
Białko [g] – 108,5  
Tłuszcz [g] – 71,4  
NKT [g] – 19,8  
Węglowodany [g] – 252,9  
Cukry proste [g] – 57,3  
Błonnik [g] – 29,4  
Sód [mg] – 1970

## 7. Dieta żołądkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)  
pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
dżem – 50g  
serek kanapkowy – 50g (7)  
pomidor – 50g (bez skórki)  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### 2 Kolacja

Sok jabłkowy – 100g

### Obiad

Zupa owocowa – 350g G  
Gotowana miruna w sosie pomidorowo koperkowym – 120g  
(1,4,7,9) G  
Ziemniaki z wody – 200g G  
Gotowana marchewka – 120g G  
sok – 250ml

### Podwieczorek

jogurt – 100g (7)

### Kolacja

pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
dżem – 50g  
pasta jajeczna – 50g (3,7)  
sałata – 5g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 150g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2004,7  
Białko [g] – 118,7  
Tłuszcz [g] – 60,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 324,5  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] – 20  
Sód [mg] – 1970

## 9A. Dieta płynna

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 450g (7,G)  
(zmiksowana)  
Kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa owocowa – 350g G  
(zmielony)  
Papka obiadowa z ziemniakami, gotowana ryba w sosie i  
gotowana marchewka – 600g (1,4,7,9) G  
sok – 250ml

### Kolacja

Papka z kaszą i cukinią – 250g (1,7,G)  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 150g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 1607  
Białko [g] – 78  
Tłuszcz [g] – 45  
NKT [g] – 11  
Węglowodany [g] – 254,4  
Cukry proste [g] – 65  
Błonnik [g] – 17,6  
Sód [mg] – 1770

## 9B. Dieta papkowata

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)  
pieczywo pszenne kawiołek bez skórki – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
dżem – 50g  
serek kanapkowy – 50g (7)  
Marchew gotowana 50g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa owocowa – 350g G  
Gotowana miruna w sosie pomidorowo koperkowym – 120g  
(1,4,7,9) G (zmielona)  
Ziemniaki z wody – 200g G (pure)  
Gotowana marchewka – 120g G  
sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne kawiołek bez skórki – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
dżem – 50g  
pasta jajeczna – 50g (3,7)  
sałata – 5g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 150g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2004,7  
Białko [g] – 118,7  
Tłuszcz [g] – 60,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 324,5  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] – 20  
Sód [mg] – 1970

**18.04.2026, sobota**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

## 1. Dieta podstawowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)  
pieczywo mieszane – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
twarożek z rzodkiewką – 50g (7)  
wędlina drobiowa – 50g  
papryka – 40g  
sałata – 5g  
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa szpinakowa z ryżem – 350g (7,9) G  
Makaron – 200g (1) G  
Sos boloński na mielonym mięsie wieprzowym – 120g G  
Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g  
sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo mieszane – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
pasztet – 50g  
ser żółty – 50g (7)  
ogórek – 40g  
sałata – 5g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

galaretką – 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2169,7  
Białko [g] – 114,9  
Tłuszcz [g] – 71,8  
NKT [g] – 19,8  
Węglowodany [g] – 281,9  
Cukry proste [g] – 59,8  
Błonnik [g] – 28,4  
Sód [mg] – 1955

## 1A. Dieta lekkostrawna

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)  
pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
twarożek z koperkiem – 50g (7)  
wędlina drobiowa – 50g  
Marchew gotowana 50g  
sałata – 5g  
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa szpinakowa z ryżem – 350g (7,9) G  
Makaron – 200g (1) G  
G  
Gotowany delikatny sos pomidorowy z mielonym mięsem wieprzowym – 120g G  
Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g  
sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
pasta drobiowa z warzywami – 50g (7,9)  
wędlina wieprzowa – 50g  
Marchew gotowana 50g  
sałata – 5g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

galaretką – 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2212,1  
Białko [g] – 117,4  
Tłuszcz [g] – 61,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 328,2  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] – 20,2  
Sód [mg] – 1945

## 2. Dieta wysokobiałkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)  
pieczywo mieszane – 130g (1)  
masło – 10g (7)  
twarożek z koperkiem – 90g (7)  
wędlina drobiowa – 50g  
Marchew gotowana 50g  
sałata – 5g  
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa szpinakowa z ryżem – 350g (7,9) G  
Makaron – 100g (1) G  
Gotowany delikatny sos pomidorowy z mielonym mięsem wieprzowym – 200g G  
Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g  
sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo mieszane – 130g (1)  
masło – 10g (7)  
pasta drobiowa z warzywami – 50g (7,9)  
wędlina wieprzowa – 90g  
Marchew gotowana 50g  
sałata – 5g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

galaretką – 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2193,5  
Białko [g] – 135,1  
Tłuszcz [g] – 64,3  
NKT [g] – 21,4  
Węglowodany [g] – 241,2  
Cukry proste [g] – 48,1  
Błonnik [g] – 19,5  
Sód [mg] – 2005

## 3. Dieta niskobiałkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)  
pieczywo mieszane – 160g (1)  
masło – 30g (7)  
twarożek z koperkiem – 10g (7)  
wędlina drobiowa – 10g  
Marchew gotowana 50g  
sałata – 5g  
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa szpinakowa z ryżem – 350g (7,9) G  
Makaron – 300g (1) G  
G  
Gotowany delikatny sos pomidorowy z mielonym mięsem wieprzowym – 60g G  
Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g  
sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo mieszane – 160g (1)  
masło – 30g (7)  
pasta drobiowa z warzywami – 10g (7,9)  
wędlina wieprzowa – 10g  
Marchew gotowana 50g  
sałata – 5g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

galaretką – 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2138,4  
Białko [g] – 67,2  
Tłuszcz [g] – 87,9  
NKT [g] – 21,4  
Węglowodany [g] – 286,4  
Cukry proste [g] – 58,4  
Błonnik [g] – 20,9  
Sód [mg] – 1965

## 4. Dieta niskotłuszczowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)  
pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 10g (7)  
miód – 50g  
sałata – 5g  
wędlina drobiowa – 50g  
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G  
Ziemniaki – 200g G  
Gotowany delikatny sos pomidorowy z mielonym mięsem wieprzowym – 120g G  
Gotowane buraczki – 120g G  
sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 10g (7)  
delikatna pasta drobiowa z warzywami – 50g (7,9)  
wędlina wieprzowa – 50g  
pomidor bez skórki – 40g  
sałata – 5g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

galaretką – 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2172,1  
Białko [g] – 117,4  
Tłuszcz [g] – 50,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 328,2  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] – 19,2  
Sód [mg] – 1949

**18.04.2026, sobota**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

## 5. Dieta cukrzycowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 150g (7,G)  
pieczywo żytnie – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
twarożek z koperkiem – 50g (7)  
wędlina drobiowa – 50g  
Cukinia gotowana 50g  
sałata – 5g  
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa szpinakowa z ryżem brązowym – 350g (7,9) G  
Makaron – 200g (1) G  
Gotowany delikatny sos pomidorowy z mielonym mięsem wieprzowym – 120g G  
Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g  
woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo żytnie – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
pasta drobiowa z warzywami – 40g (7,9)  
wędlina wieprzowa – 50g  
Cukinia gotowana 50g  
sałata – 5g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

serek wiejski – 50g (7)  
chleb żytni – 40g (1)  
masło – 5g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2169,7  
Białko [g] – 114,9  
Tłuszcz [g] – 71,8  
NKT [g] – 19,8  
Węglowodany [g] – 261,9  
Cukry proste [g] – 59,8  
Błonnik [g] – 32  
Sód [mg] – 1989

## 7. Dieta żołądkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)  
pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
miód -50g  
sałata – 5g  
wędlina drobiowa – 50g  
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### 2 śniadanie

kisiel – 100g

### Obiad

Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G  
Ziemniaki – 200g G  
Gotowany delikatny sos pomidorowy z mielonym mięsem wieprzowym – 120g G  
Gotowane buraczki – 120g G  
sok – 250ml  
Mus owocowy -100g

### Kolacja

pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
delikatna pasta drobiowa z warzywami – 50g (7,9)  
wędlina wieprzowa – 50g  
pomidor bez skórki – 40g  
sałata – 5g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

galaretki – 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2212,1  
Białko [g] – 117,4  
Tłuszcz [g] – 61,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 328,2  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] – 19,8  
Sód [mg] – 1949

## 9A. Dieta płynna

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 450g (1,7,G)  
(zmiksowane)  
kawa zbożowa z mlekiem – 250ml (1,7)

### Obiad

Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G  
(zmiksowana)  
Papka obiadowa z ziemniakami, gotowanymi buraczkami i gotowanym sosem pomidorowym z mięsem mielonym – 600g G (zmielone)  
sok – 250ml

### Kolacja

jogurt owocowy z biszkoptami – 350g (1,7) (zmiksowany)  
herbata – 250ml

### 2 Kolacja

Mus owocowy -100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 1642,5  
Białko [g] – 87,4  
Tłuszcz [g] – 61  
NKT [g] – 15  
Węglowodany [g] – 236  
Cukry proste [g] – 44  
Błonnik [g] – 18,4  
Sód [mg] – 1869

## 9B. Dieta papkowata

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)  
pieczywo pszenne kawiorek bez skórki – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
miód -50g  
sałata – 5g  
wędlina drobiowa – 50g (zmielona)  
Marchew gotowana 50g  
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G  
Ziemniaki – 200g G (pure)  
Gotowany delikatny sos pomidorowy z mielonym mięsem wieprzowym – 120g G  
Gotowane buraczki – 120g G sok – 250ml  
Mus owocowy -100g

### Kolacja

pieczywo pszenne kawiorek bez skórki – 130g (1)  
masło – 10g (7)  
delikatna pasta drobiowa z warzywami – 50g (7,9)  
wędlina wieprzowa – 50g (zmielona)  
Marchew gotowana 50g  
sałata – 5g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

galaretki – 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2212,1  
Białko [g] – 117,4  
Tłuszcz [g] – 61,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 328,2  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] – 19,8  
Sód [mg] – 1949

## 1. Dieta podstawowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)  
 pieczywo mieszane – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 jajko gotowane – 50g (3) G  
 wędlna drobiowa – 20g  
 serek kanapkowy – 30g (7)  
 Ogórek – 30g  
 Papryka – 20g  
 kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa krupnik – 350g (1,9) G  
 Risotto z kurczakiem i warzywami – 450g (9) G  
 sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo mieszane – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 wędlna wieprzowa – 50g  
 kanapkowa pasta z ciecierzycy – 50g  
 rzodkiewka – 10g  
 ogórek kiszony – 45g  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 150g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2174,8  
 Białko [g] – 108,5  
 Tłuszcz [g] – 71,4  
 NKT [g] – 19,8  
 Węglowodany [g] – 272,9  
 Cukry proste [g] – 61,3  
 Błonnik [g] – 25,5  
 Sód [mg] – 1980

## 1A. Dieta lekkostrawna

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)  
 pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 jajko gotowane – 50g (3) G  
 wędlna drobiowa – 20g  
 serek kanapkowy – 30g (7)  
 Marchew gotowana 50g  
 kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa grysikowa – 350g (1,9) G  
 Delikatne risotto z kurczakiem i warzywami – 450g (9) G  
 sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 twaróg – 60g (7)  
 wędlna wieprzowa – 80g  
 sałata – 5g  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 150g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2004,7  
 Białko [g] – 118,7  
 Tłuszcz [g] – 60,1  
 NKT [g] – 14,9  
 Węglowodany [g] – 324,5  
 Cukry proste [g] – 59  
 Błonnik [g] – 21,3  
 Sód [mg] – 1970

## 2. Dieta wysokobiałkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)  
 pieczywo mieszane – 130g (1)  
 masło – 10g (7)  
 jajko gotowane – 100g (3) G  
 wędlna drobiowa – 20g  
 serek kanapkowy – 30g (7)  
 Marchew gotowana 50g  
 kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa grysikowa – 350g (1,9) G  
 Delikatne risotto z kurczakiem i warzywami – 450g (9) G  
 sok – 250ml  
 skyr – 150g (7)

### Kolacja

pieczywo mieszane – 130g (1)  
 masło – 10g (7)  
 twaróg – 90g (7)  
 wędlna wieprzowa – 80g  
 sałata – 5g  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 150g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2198,7  
 Białko [g] – 135,1  
 Tłuszcz [g] – 66,8  
 NKT [g] – 21,4  
 Węglowodany [g] – 324,5  
 Cukry proste [g] – 48,1  
 Błonnik [g] – 21  
 Sód [mg] – 2270

## 3. Dieta niskobiałkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)  
 pieczywo mieszane – 160g (1)  
 masło – 30g (7)  
 jajko gotowane – 25g (3) G  
 wędlna drobiowa – 10g  
 serek kanapkowy – 10g (7)  
 Marchew gotowana 50g  
 kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### OBIAD

Zupa grysikowa – 350g (1,9) G  
 Delikatne risotto z kurczakiem i warzywami – 250g (9) G  
 Jabłko – 100g  
 sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo mieszane – 160g (1)  
 masło – 30g (7)  
 twaróg – 10g (7)  
 wędlna wieprzowa – 10g  
 sałata – 5g  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 150g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2168,2  
 Białko [g] – 64,8  
 Tłuszcz [g] – 86,8  
 NKT [g] – 21,4  
 Węglowodany [g] – 306,4  
 Cukry proste [g] – 58,4  
 Błonnik [g] – 20,5  
 Sód [mg] – 1960

## 4. Dieta niskotłuszczowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)  
 pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 10g (7)  
 pasta z białka jaj – 50g (3,7)  
 twaróg – 50g (7)  
 pomidor – 50g (bez skórki)  
 kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa grysikowa – 350g (1,9) G  
 Gotowany kurczak w lekkim sosie śmietanowym – 120g (1,7,9) G  
 Ziemniaki puree z koperkiem – 200g G  
 Gotowane trio warzywne – 120g G  
 sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 10g (7)  
 wędlna wieprzowa – 50g  
 sałata – 5g  
 jabłko gotowane – 100g (G)  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 150g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2184,7  
 Białko [g] – 118,7  
 Tłuszcz [g] – 50,1  
 NKT [g] – 14,9  
 Węglowodany [g] – 324,5  
 Cukry proste [g] – 59  
 Błonnik [g] – 19,2  
 Sód [mg] – 1970

## 5. Dieta cukrzycowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 150g (1,7,G)  
 pieczywo żytnie – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 jajko gotowane – 50g (3) G  
 wędlina drobiowa – 20g  
 serek kanapkowy – 30g (7)  
 Marchew do pochrupania  
 50g  
 kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa grysikowa – 350g (1,9) G  
 Delikatne risotto z ryżem brązowym kurczakiem i  
 warzywami – 400g (9) G  
 woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo żytnie – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 twaróg – 60g (7)  
 wędlina wieprzowa – 80g  
 sałata – 5g  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

kefir – 100g (7)  
 chleb żytni – 40g (1)  
 masło – 5g(7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2154,8  
 Białko [g] – 108,5  
 Tłuszcz [g] – 71,4  
 NKT [g] – 19,8  
 Węglowodany [g] – 252,9  
 Cukry proste [g] – 57,3  
 Błonnik [g] – 27,2  
 Sód [mg] – 1970

## 7. Dieta żołądkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)  
 pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 miód – 50g  
 twaróg – 50g (7)  
 pomidor – 50g (bez skórki)  
 kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### 2 śniadanie

Sok jabłkowy – 100g

### Obiad

Zupa grysikowa – 350g (1,9) G  
 Gotowany kurczak w lekkim sosie śmietanowym –  
 120g (1,7,9) G  
 Ziemniaki puree z koperkiem – 200g G  
 Gotowane trio warzywne – 120g G  
 sok – 250ml

### Podwieczorek

banan – 50g

### Kolacja

pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 wędlina wieprzowa – 50g  
 sałata – 5g  
 jabłko gotowane – 100g (G)  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 150g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2004,7  
 Białko [g] – 118,7  
 Tłuszcz [g] – 60,1  
 NKT [g] – 14,9  
 Węglowodany [g] – 324,5  
 Cukry proste [g] – 59  
 Błonnik [g] – 19,9  
 Sód [mg] – 1970

## 9A. Dieta płynna

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 450g (1,7,G)  
 (zmielona)  
 kawa zbożowa z mlekiem – 250ml (1,7)

### Obiad

Zupa grysikowa – 350g (1,9) G (zmielona)  
 Papka obiadowa z ziemniakami, gotowanym trio  
 warzywnym i gotowanym kurczakiem w sosie- 600g (1,7,9) G  
 (zmielona)  
 sok – 250ml

### Kolacja

Papka kanapkowa z pieczywem, masłem, wędliną, sałatą i  
 jabłkiem gotowanym - 400g(1,7)  
 herbata – 250ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 150g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 1607  
 Białko [g] – 78  
 Tłuszcz [g] – 45  
 NKT [g] – 11  
 Węglowodany [g] – 254,4  
 Cukry proste [g] – 65  
 Błonnik [g] – 18,4  
 Sód [mg] – 1770

## 9B. Dieta papkowata

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)  
 pieczywo pszenne kawiorek bez skórki– 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 miód – 50g  
 twaróg – 50g (7) (zmielony)  
 Marchew gotowana 50g  
 kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa grysikowa – 350g (1,9) G  
 Gotowany kurczak w lekkim sosie śmietanowym –  
 120g (1,7,9) G (zmielony)  
 Ziemniaki puree z koperkiem – 200g G  
 Gotowane trio warzywne – 120g G  
 sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne kawiorek bez skórki– 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 wędlina wieprzowa – 50g (zmielona)  
 sałata – 5g  
 jabłko gotowane – 100g (G)  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 150g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2004,7  
 Białko [g] – 118,7  
 Tłuszcz [g] – 60,1  
 NKT [g] – 14,9  
 Węglowodany [g] – 324,5  
 Cukry proste [g] – 59  
 Błonnik [g] – 20,1  
 Sód [mg] – 1970

## 1. Dieta podstawowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)  
pieczywo mieszanie – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
miód – 50g  
ser żółty – 50g (7)  
ogórek kiszony –  
20g  
rzodkiewka – 10g  
sałata – 5g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa ogórkowa – 350g (7,9) G  
Kasza gryczana – 200g G  
Duszony gulasz wieprzowy z cebulką –  
120g (9)  
Surówka z buraczków gotowanych z  
dodatkiem oleju rzepakowego – 120g G  
sok – 250ml

### Kolacja

Pieczywo mieszane – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
pasta rybna – 50g (1,4,7)  
serek topiony - 50g (7)  
banan – 50g  
papryka – 30g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Biszkopty – 40g (1,3,7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2169,7  
Białko [g] – 114,9  
Tłuszcz [g] – 71,8  
NKT [g] – 19,8  
Węglowodany [g] – 281,9  
Cukry proste [g] – 59,8  
Błonnik [g] – 28,1  
Sód [mg] – 1955

## 1A. Dieta lekkostrawna

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)  
pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
miód – 50g  
ser żółty – 50g (7)  
Marchew do pochrupania  
50g  
sałata – 5g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa ogórkowa – 350g (7,9) G  
Kasza kuskus – 200g (1) G  
Gotowany gulasz wieprzowy w sosie  
pietruszkowym – 120g (1,7,9) G  
Gotowane buraczki – 120g G  
sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 20g (7)  
pasta rybna – 50g (1,4,7)  
serek topiony - 50g (7)  
Marchew do pochrupania  
50g  
  
banan – 50g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Biszkopty – 40g (1,3,7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2212,1  
Białko [g] – 117,4  
Tłuszcz [g] – 61,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 328,2  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] – 19,8  
Sód [mg] – 1945

## 2. Dieta wysokobiałkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)  
pieczywo mieszanie – 130g (1)  
masło – 10g (7)  
wędlina drobiowa – 90g  
ser żółty – 50g (7)  
Marchew do pochrupania  
50g  
sałata – 5g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa ogórkowa – 350g (7,9) G  
Kasza kuskus – 100g (1) G  
Gotowany gulasz wieprzowy w sosie  
pietruszkowym – 200g (1,7,9) G  
Gotowane buraczki – 120g G  
sok – 250ml

### Kolacja

Pieczywo mieszane – 130g (1)  
masło – 10g (7)  
pasta rybna – 50g (1,4,7)  
serek wiejski - 100g (7)  
Marchew do pochrupania  
50g  
banan – 50g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Biszkopty – 40g (1,3,7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2193,5  
Białko [g] – 135,1  
Tłuszcz [g] – 64,3  
NKT [g] – 21,4  
Węglowodany [g] – 241,2  
Cukry proste [g] – 48,1  
Błonnik [g] – 19,2  
Sód [mg] – 2005

## 3. Dieta niskobiałkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)  
pieczywo mieszanie – 160g (1)  
masło – 30g (7)  
miód – 60g  
ser żółty – 10g (7)  
Marchew do pochrupania  
50g  
sałata – 5g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa ogórkowa – 350g (7,9) G  
Kasza kuskus – 300g (1) G  
Gotowany gulasz wieprzowy w sosie  
pietruszkowym – 60g (1,7,9) G  
Gotowane buraczki – 120g G  
sok – 250ml

### Kolacja

Pieczywo mieszane – 160g (1)  
masło – 20g (7)  
pasta rybna – 10g (1,4,7)  
serek topiony - 10g (7)  
Marchew do pochrupania  
50g  
banan – 50g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Biszkopty – 40g (1,3,7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2138,4  
Białko [g] – 67,2  
Tłuszcz [g] – 87,9  
NKT [g] – 21,4  
Węglowodany [g] – 286,4  
Cukry proste [g] – 58,4  
Błonnik [g] – 20,1  
Sód [mg] – 1965

## 4. Dieta niskotłuszczowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)  
pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 10g (7)  
serek kanapkowy – 50g (7)  
miód – 50g  
pomidor – 40g (bez skórki)  
sałata – 5g  
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa ryżowa – 350g (7,9) G  
Ziemniaki – 200g G  
Gotowany gulasz wieprzowy w sosie pietruszkowym  
– 120g (1,7,9) G  
Gotowane buraczki – 120g G  
sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 130g (1)  
masło – 10g (7)  
twarożek z koperkiem - 50g (7)  
delikatna pasta rybna – 50g (1,4,7)  
pomidor bez skórki – 50g  
herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Biszkopty – 40g (1,3,7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2172,1  
Białko [g] – 117,4  
Tłuszcz [g] – 50,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 328,2  
Cukry proste [g] – 59  
Błonnik [g] – 19,2  
Sód [mg] – 1949

## 5. Dieta cukrzycowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 150g (7,G)  
 pieczywo żytnie – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 wędlina drobiowa – 50g  
 ser żółty – 50g (7)  
 Marchew do pochrupania  
 50g  
 sałata – 5g  
 kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa ogórkowa – 350g (7,9) G  
 Ziemniaki – 150g G  
 Gotowany gulasz wieprzowy w sosie pietruszkowym –  
 120g (1,7,9) G  
 Surówka z surowych buraków – 150g  
 woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo żytnie – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 pasta rybna – 50g (1,4,7)  
 serek topiony - 50g (7)  
 Marchew do pochrupania  
 50g  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Chleb żytni – 40g (7)  
 Masło – 5g (7)  
 Marchew do  
 sałata – 20g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2169,7  
 Białko [g] – 114,9  
 Tłuszcz [g] – 71,8  
 NKT [g] – 19,8  
 Węglowodany [g] – 261,9  
 Cukry proste [g] – 59,8  
 Błonnik [g] – 32,5  
 Sód [mg] – 1949

## 7. Dieta żołądkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)  
 pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 serek kanapkowy – 50g (7)  
 miód – 50g  
 pomidor – 40g (bez skórki)  
 sałata – 5g  
 kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### 2 śniadanie

Sok owocowy – 100ml

### Obiad

Zupa ryżowa – 350g (7,9) G  
 Ziemniaki – 200g G  
 Gotowany gulasz wieprzowy w sosie pietruszkowym –  
 120g (1,7,9) G  
 Gotowane buraczki – 120g G  
 sok – 250ml

### Podwieczorek

Biszkopty – 40g (1)

### Kolacja

pieczywo pszenne – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 twarożek z koperkiem - 50g (7)  
 delikatna pasta rybna – 50g (1,4,7)  
 pomidor bez skórki – 50g  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Banan – 150g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2212,1  
 Białko [g] – 117,4  
 Tłuszcz [g] – 61,1  
 NKT [g] – 14,9  
 Węglowodany [g] – 328,2  
 Cukry proste [g] – 59  
 Błonnik [g] – 20,1  
 Sód [mg] – 1949

## 9A. Dieta płynna

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 450g (7,G)  
 kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa ryżowa – 350g (7,9) G (zmięszony)  
 Papka obiadowa z ziemniakami, gotowanymi  
 buraczkami i gulaszem gotowanym wieprzowym - 600g  
 (1,7,9)s G  
 sok – 250ml

### Kolacja

Papka z kaszą i marchewką – 250g (1,7,G)  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Biszkopty – 40g (1,3,7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 1642,5  
 Białko [g] – 87,4  
 Tłuszcz [g] – 61  
 NKT [g] – 15  
 Węglowodany [g] – 236  
 Cukry proste [g] – 44  
 Błonnik [g] – 18,7  
 Sód [mg] – 1949

## 9B. Dieta papkowata

### Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)  
 pieczywo pszenne kawiołek bez skórki – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 serek fromage – 50g (7)  
 miód – 50g  
 Cukinia gotowana 50g  
 sałata – 5g  
 kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

### Obiad

Zupa ryżowa – 350g (7,9) G  
 Ziemniaki – 200g G (pure)  
 Gotowany gulasz wieprzowy w sosie pietruszkowym – 120g  
 (1,7,9) G (zmielone)  
 Gotowane buraczki – 120g G  
 sok – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne kawiołek bez skórki – 130g (1)  
 masło – 20g (7)  
 twarożek z koperkiem - 50g (7) (zmielony)  
 delikatna pasta rybna – 50g (1,4,7)  
 Cukinia gotowana 50gf  
 herbata – 300ml

### 2 Kolacja

Biszkopty – 40g (1,3,7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2212,1  
 Białko [g] – 117,4  
 Tłuszcz [g] – 61,1  
 NKT [g] – 14,9  
 Węglowodany [g] – 328,2  
 Cukry proste [g] – 59  
 Błonnik [g] – 20  
 Sód [mg] – 1949

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaj i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej:

P - parowanie

Piecz – pieczenie

G – gotowanie

D – duszenie

S - smażenie