

NIEDZIELA 5.04.2026 r.

| | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | WARTOŚĆ OD- ŻYWCZA |
|---------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| DIETA PODSTA- WOWA | Zupa mleczna z ry- żem 400 ml, (1,6,7,8,9,10) , chleb graham 60 g (1) , chleb pszenny 60 g (1) , masło 10 g (7) , jajko gotowane 1 szt. (3) , pasztet drobiowy 60 g (1,3,6,7,9,10,11) , sa- łata 20 g, papryka 0,5 szt., banan 1 szt., herbata 200 ml | Zupa rosół 400 ml (1,3,6,7,9,10) , ziem- niaki gotowane 250 g, kotlet schabowy panierowany 150 g (1,3) , marchewka z groszkiem 150 g, na- pój 200 ml | Chleb graham 60 g (1) , chleb pszenny 60 g (1) , masło 10 g (7) , serek do smarowania 30 g (7) , ser mozza- rella 60 g (7) , polę- dwica sopocka 60 g (1,6,7,9,10) , sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jogurt owocowy 150 g (7) , herbata 200 ml | Kcal : 2484,3 kcal W : 306,2 kg W tym cukry : 54,7 g B : 124 g T : 75,1 g Kw. Tł. Nasycone : 32,6 g Błonnik : 29,8 g Sód : 2820 mg |
| DIETA ŁATWO- STRAWNA | Zupa mleczna z ry- żem 400 ml (1,6,7,8,9,10) , chleb pszenny 120 g (1) , masło 10 g (7) , jajko gotowane 1 szt. (3) , pasztet drobiowy 60 g (1,3,6,7,9,10,11) , sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., banan 1 szt., herbata 200 ml | Zupa rosół 400 ml (1,3,6,7,9,10) , ziem- niaki gotowane 250 g, pierś z kurczaka gotowana w sosie ja- rzynowym 50 g (1,7,9,10) surówka z selera 150 g (7,9) , na- pój 200 ml | Chleb pszenny 120 g (1) , masło 10 g (7) , serek do smarowania 30 g (7) , ser mozza- rella 60 g (7) , polę- dwica sopocka 60 g (1,6,7,9,10) , sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jogurt owocowy 150 g (7) , herbata 200 ml | Kcal : 2323 kcal W : 279,1 g W tym cukry : 62,4 g B : 112,6 g T : 73,5 g Kw. Tł. Nasycone : 31,9 g Błonnik : 22,6 g Sód : 3048,2 mg |
| DIETA Z OGRANI- CZENIEM ŁATWO PRZYSWAJAL- NYCH WĘGLOWO- DANÓW | Zupa mleczna z ry- żem 400 ml (1,6,7,8,9,10) , chleb graham 60 g (1) , masło 10 g (7) , jajko gotowane 1 szt. (5) , pasztet drobiowy 40 g (1,3,6,7,9,10,11) , sałata 20 g, papryka 0,5 szt., herbata 200 ml II śniadanie : chleb graham 60 g (1) , ma- sło 10 g (7) , sałata 20 g, twaróg półtłusty 30 g (7) , ogórek świeży 50 g Podwieczorek : jo- gurt naturalny 150 g (7) | Zupa rosół 400 ml (1,3,6,7,9,10) , ziem- niaki gotowane 250 g, pierś z kurczaka gotowana w sosie ja- rzynowym 50 g (1,7,9,10) surówka z selera 150 g (7,9) , na- pój 200 ml | Chleb graham 60 g (1) , masło 10 g (7) , serek do smarowania 30 g (7) , ser mozza- rella 60 g (7) , polę- dwica sopocka 30 g (1,6,7,9,10) , sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., herbata 200 ml | Kcal : 2282,4 kcal W : 245,1 g W tym cukry : B : 114,5 g T : 82 g Kw. Tł. Nasycone : Błonnik : 31,5 g Sód : 2654,1 mg |

| | | | | |
|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem 400 ml (1,6,7,8,9,10), chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), jajko gotowane 1 szt. (3), pasztet drobiowy 40 g (1,3,6,7,9,10,11), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., banan 1 szt., herbata 200 ml</p> | <p>Zupa rosół 400 ml (1,3,6,7,9,10), ziemniaki gotowane 250 g, pierś z kurczaka gotowana w sosie jarzynowym 50 g (1,7,9,10) surówka z selera 150 g (7,9), napój 200 ml</p> | <p>Chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), serek do smarowania 30 g (7), ser mozzarella 60 g (7), polędwica sopocka 60 g (1,6,7,9,10), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jogurt naturalny 150 g (7), herbata 200 ml</p> | <p>Kcal : 2434,1 kcal W : 316,5 g W tym cukry : 55,8 g B : 117,1 g T : 67,1 g Kw. Tł. Nasycone : 28,9 g Błonnik : 27,4 g Sód : 2975,7 mg</p> |
|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

PONIEDZIAŁEK 6.04.2026 r.

| | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | WARTOŚĆ OD- ŻYWCZA |
|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| DIETA PODSTA- WOWA | Zupa mleczna z makaronem 400 ml (1,6,7,8,9,10) , chleb graham 60 g (1) , chleb pszenny 60 g (1) , masło 10 g (7) , serek do smarowania 30 g (7) , pasta twarogowa 80 g (7) , polędwica sopocka 60 g (1,6,7,9,10) , sałata 20 g, ogórek świeży 50 g, jabłko 1 szt., herbata 200 ml | Zupa krupnik 400 ml (1,3,6,7,9,10) , Bigos z młodej kapusty 250 g (1,7,9,10) , ziemniaki gotowane 250 g, napój 200 ml | Chleb graham 60 g (1) , chleb pszenny 60 g (1) , masło 10 g (7) , sałatka jarzynowa 120 g (1,3,6,7,9,10,11) , ser capresi 40 g (7) , sałata 20 g, ogórek świeży 50 g, jogurt owocowy 150 g (7) , herbata 200 ml | Kcal : 2441,8 kcal W : 298,1 g W tym cukry : 55,1 g B : 112,6 g T : 75,2 g Kw. Tł. Nasycone : 30,2 g Błonnik : 37,3 g Sód : 3862 mg |
| DIETA ŁATWO- STRAWNA | Zupa mleczna z makaronem 400 ml (1,6,7,8,9,10) , chleb pszenny 120 g (1) , masło 10 g (7) , serek do smarowania 30 g (7) , pasta twarogowa 80 g (7) , polędwica sopocka 60 g (1,6,7,9,10) , sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml | Zupa krupnik 400 ml (1,3,6,7,9,10) , gulasz wołowo-drobiowy z fasolką szparagową 250 g (1,7,9,10) , ziemniaki gotowane 150 g, surówka z selera i jabłka 150 g, napój 200 ml | Chleb pszenny 120 g (1) , masło 10 g (7) , sałatka jarzynowa na jogurcie 120 g (1,3,6,7,9,10,11) , ser capresi 40 g (7) , sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jogurt owocowy 150 g (7) , herbata 200 ml | Kcal : 2524,7 kcal W : 322,6 g W tym cukry : 45 g B : 128,5 g T : 67 g Kw. Tł. Nasycone : 31,2 g Błonnik : 34,6 g Sód : 3693,5 mg |

| | | | | |
|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</p> | <p>Zupa mleczna z makaronem 400 ml (1,6,7,8,9,10), chleb graham 60 g (1), masło 10 g (7), serek do smarowania 15 g (7), pasta twarogowa 80 g (7), polędwica sopočka 30 g (1,6,7,9,10), sałata 20 g, ogórek świeży 50 g, jabłko 1 szt., herbata 200 ml II śniadanie : chleb graham 60 g (1), serek do smarowania 15 g (7), polędwica sopočka 30 g (1,6,7,9,10), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt. Podwieczorek : jogurt naturalny 150 g (7)</p> | <p>Zupa krupnik 400 ml (1,3,6,7,9,10), gulasz wołowo-drobiowy z fasolką szparagową 250 g (1,7,9,10), ziemniaki gotowane 150 g, surówka z selera i jabłka 150 g, napój 200 ml</p> | <p>Chleb graham 60 g (1), masło 10 g (7), sałatka jarzynowa na jogurcie 120 g (1,3,6,7,9,10,11), ser capresi 40 g (7), sałata 20 g, ogórek świeży 50 g, herbata 200 ml</p> | <p>Kcal : 2316 kcal W : 270,5 g W tym cukry : 52,5 g B : 122,8 g T : 68,4 g Kw. Tł. Nasycone : 32,8 g Błonnik : 38,9 g Sód : 2285,5 mg</p> |
| <p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</p> | <p>Zupa mleczna z makaronem 400 ml (1,6,7,8,9,10), chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), serek do smarowania 30 g (7), pasta twarogowa 80 g (7), polędwica sopočka 60 g (1,6,7,9,10), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml</p> | <p>Zupa krupnik 400 ml (1,3,6,7,9,10), gulasz wołowo-drobiowy z fasolką szparagową 250 g (1,7,9,10), ziemniaki gotowane 150 g, surówka z selera i jabłka 150 g, napój 200 ml</p> | <p>Chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), sałatka jarzynowa na jogurcie 120 g (1,3,6,7,9,10,11), ser capresi 40 g (7), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jogurt naturalny 150 g (7), herbata 200 ml</p> | <p>Kcal : 2473,3 kcal W : 317,7 g W tym cukry : 53,3 g B : 129,9 g T : 63,1 g Kw. Tł. Nasycone : 29 g Błonnik : 33,2 g Sód : 3718,8 mg</p> |

WTOREK 7.04.2026 r.

| | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | WARTOŚĆ OD- ŻYWICZA |
|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| DIETA PODSTA- WOWA | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400 ml (1,6,7,8,9,10), chleb graham 60 g (1), chleb pszenny 60 g (1), masło 10 g (7), parówki drobiowe 1 szt. (1,6,7,9,10) ser capresi 40 g (7), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml | Zupa pieczarkowa z makaronem 400 ml (1,3,6,7,9,10), kotlet drobiowy panierowany 150 g (1,3), ziemniaki gotowane 250 g, marchew z groszkiem gotowana 150 g, napój 200 ml | Chleb graham 60 g (1), chleb pszenny 60 g (1), masło 10 g (7), serek do smarowania 30 g (7), szynka drobiowa 30 g (1,6,7,9,10), ser żółty 15 g (7), dżem 100% owoców 30 g, sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., serek wiejski 200 g (7), herbata 200 ml | Kcal : 2484,7 kcal W : 302,5 g W tym cukry : 42,8 g B : 122,3 g T : 77,8 g Kw. Tł. Nasycone : 34,4 g Błonnik : 30,9 g Sód : 3194,2 mg |
| DIETA ŁATWO- STRAWNA | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400 ml (1,6,7,8,9,10), chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), krakowska sucha 30 g (1,6,7,9,10) ser capresi 40 g (7), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt. jabłko 1 szt., herbata 200 ml | Zupa pieczarkowa z makaronem 400 ml (1,3,6,7,9,10), potrawka warzywno-drobiowa 250 g (1,6,7,8,9,10), ziemniaki gotowane 250g, marchew z groszkiem gotowana 150 g, napój 200 ml | Chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), serek do smarowania 30 g (7), szynka drobiowa 15 g (1,6,7,9,10), ser capresi 20 g (7), dżem 100% owoców 30 g, sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., serek wiejski 200 g (7), herbata 200 ml | Kcal : 2445,5 kcal W : 317,2 g W tym cukry : 48,4 g B : 111,9 g T : 72,2 g Kw. Tł. Nasycone : 33,2 g Błonnik : 29,4 g Sód : 3231 mg |
| DIETA Z OGRANI- CZENIEM ŁATWO PRZYSWAJAL- NYCH WĘGLOWO- DANÓW | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400 ml (1,6,7,8,9,10), chleb graham 60 g (1), masło 10 g (7), krakowska sucha 30 g (1,6,7,9,10), ser capresi 40 g (7), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml II śniadanie : chleb graham 60 g (1), masło 10 g, ser mozzarella 30 g (7), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt. Podwieczorek : serek wiejski 200 g (7) | Zupa pieczarkowa z makaronem 400 ml (1,3,6,7,9,10), potrawka warzywno-drobiowa 250 g (1,6,7,8,9,10), ziemniaki gotowane 250g, marchew z groszkiem gotowana 150 g, napój 200 ml | Chleb graham 60 g (1), masło 10 g (7), serek do smarowania 30 g (7), szynka drobiowa 30 g (1,6,7,9,10), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., herbata 200 ml | Kcal : 2377,8 kcal W : 259,6 g W tym cukry : 50,5 g B : 120,1 g T : 82,1 g Kw. Tł. Nasycone : 39,1 g Błonnik : 37,5 g Sód : 3213,3 mg |

| | | | | |
|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400 ml (1,6,7,8,9,10), chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), krakowska sucha 30 g (1,6,7,9,10) ser capresi 40 g (7), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt. jabłko 1 szt., herbata 200 ml</p> | <p>Zupa pieczarkowa z makaronem 400 ml (1,3,6,7,9,10), porzeczka warzywno-drobiowa 250 g (1,6,7,8,9,10), ziemniaki gotowane 250g, marchew z groszkiem gotowana 150 g, napój 200 ml</p> | <p>Chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), serek do smarowania 30 g (7), szynka drobiowa 15 g (1,6,7,9,10), ser capresi 20 g (7), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., serek wiejski 200 g (7), herbata 200 ml</p> | <p>Kcal : 2410, 7 kcal W : 308,3 g W tym cukry : 49,5 g B : 117,7 g T : 66,6 g Kw. Tł. Nasycone : 29,3 g Błonnik : 31,5 g Sód : 3282,8 mg</p> |
|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

ŚRODA 8.04.2026 r.

| | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | WARTOŚĆ OD- ŻYWCZA |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| DIETA PODSTA- WOWA | Zupa mleczna z kaszą manną 400 ml (1,6,7,8,9,10) , chleb graham 60 g (1) , chleb pszenny 60 g (1) , masło 10 g (7) , serek do smarowania 30 g (7) , ser mozzarella 30 g (7) , szynka drobiowa 30 g (1,6,7,9,10) , jajko gotowane 1 szt. (3) , sałata 20 g, papryka 0,5 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml | Zupa kapuśniak 400 ml (1,3,6,7,9,10) , gotowany makaron 100 g (1) w sosie mięsno-jarzynowym 250 g (1,7,9,10) , surówka z tartej marchewki 150 g, napój 200 ml | Chleb graham 60 g (1) , chleb pszenny 60 g (1) , masło 10 g (7) , ser mozzarella 30 g (7) , polędwica sopoczka 30 g (1,6,7,9,10) sałata 20 g, papryka 0,5 szt., jogurt owocowy 150 g (7) , herbata 200 ml | Kcal : 2361,7 kcal W : 280,4 g W tym cukry : 55,2 g B : 109,3 g T : 77,6 g Kw. Tł. Nasycone : 33,7 g Błonnik : 29,3 g Sód : 3368,8 mg |
| DIETA ŁATWO- STRAWNA | Zupa mleczna z kaszą manną 400 ml (1,6,7,8,9,10) , chleb pszenny 120 g (1) , masło 10 g (7) , serek do smarowania 30 g (7) , ser mozzarella 30 g (7) , szynka drobiowa 30 g (1,6,7,9,10) , jajko gotowane 1 szt., sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml | Zupa koperkowa 400 ml (1,3,6,7,9,10) , gotowany makaron 100 g (1) w sosie mięsno-jarzynowym 250 g (1,7,9,10) , surówka z tartej marchewki 150 g, napój 200 ml | Chleb pszenny 120 g (1) , masło 10 g (7) , ser mozzarella 30 g (7) , polędwica sopoczka 30 g (1,6,7,9,10) , sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jogurt owocowy 150 g (7) , herbata 200 ml | Kcal : 2378,3 kcal W : 287,8 g W tym cukry : 49,4 g B : 109,5 g T : 78,4 g Kw. Tł. Nasycone : 34,5 g Błonnik : 20,6 g Sód : 2754,9 mg |

| | | | | |
|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manną 400 ml (1,6,7,8,9,10), chleb graham 60 g (1), masło 10 g (7), serek do smarowania 15 g (7), ser mozzarella 30 g (7), szynka drobiowa 30 g (1,6,7,9,10), jajko gotowane 1 szt. (3), sałata 20 g, papryka 0,5 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml II śniadanie : chleb graham 60 g (1), serek do smarowania 15 g (7), szynka drobiowa 30 g (1,6,7,9,10), sałata 20 g, papryka 0,5 szt. Podwieczorek : jogurt naturalny 150 g (7)</p> | <p>Zupa kapuśniak 400 ml (1,3,6,7,9,10), gotowany makaron 100 g (1) w sosie mięsno-jarzynowym 250 g (1,7,9,10), surówka z tartej marchewki 150 g, napój 200 ml</p> | <p>Chleb graham 60 g (1), masło 10 g (7), ser mozzarella 30 g (7), polędwica sopoczka 30 g (1,6,7,9,10), sałata 20 g, papryka 0,5 szt., herbata 200 ml</p> | <p>Kcal : 2251,7 kcal W : 242,3 g W tym cukry : 45,8 g B : 112,4 g T : 80,7 g Kw. Tł. Nasycone : 36,1 g Błonnik : 30,4 g Sód : 3384,5 mg</p> |
| <p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manną 400 ml (1,6,7,8,9,10), chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), serek do smarowania 30 g (7), ser mozzarella 30 g (7), szynka drobiowa 30 g (1,6,7,9,10), jajko gotowane 1 szt., sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml</p> | <p>Zupa koperkowa 400 ml (1,3,6,7,9,10), gotowany makaron 100 g (1) w sosie mięsno-jarzynowym 250 g (1,7,9,10), surówka z tartej marchewki 150 g, napój 200 ml</p> | <p>Chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), ser mozzarella 30 g (7), polędwica sopoczka 30 g (1,6,7,9,10), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jogurt naturalny 150 g (7), herbata 200 ml</p> | <p>Kcal : 2370,6 kcal W : 284,2 g W tym cukry : 41,2 g B : 108,5 g T : 78,7 g Kw. Tł. Nasycone : 35,3 g Błonnik : 23 g Sód : 3395,5 mg</p> |

CZWARTEK 9.04.2026 r.

| | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | WARTOŚĆ OD- ŻYWCZA |
|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| DIETA PODSTA- WOWA | Zupa mleczna z ry- żem 400 ml (1,6,7,8,9,10) , chleb graham 60 g (1) , chleb pszenny 60 g (1) , masło 10 g (7) ,) krakowska sucha 30 g (1,6,7,9,10) , ser ca- presi 40 g (7) , ser żółty 30 g (7) , sałata 20 g, ogórek 50 g, ba- nan 1 szt., herbata 200 ml | Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (1,3,6,7,9,10) , kasza bulgur 80 g (1) , goto- wane pulpety drobio- we z sosem koperko- wym 250 g (7,9,10) , sałatka z tartych bu- raczków 150 g, napój 200 ml | Chleb graham 60 g (1) , chleb pszenny 60 g (1) , masło 10 g (7) , serek do smarowania 30 g (7) , szynka dro- biowa 60 g (1,6,7,9,10) , sałata 20 g, ogórek 50 g, serek wiejski 200 g (7) , herbata 200 ml | Kcal : 2387,7 kcal W : 256,8 g W tym cukry : 52,9 g B : 132,3 g T : 80 g Kw. Tł. Nasycone : 34,8 g Błonnik : 24,3 g Sód : 3956,8 mg |
| DIETA ŁATWO- STRAWNA | Zupa mleczna z ry- żem 400 ml (1,6,7,8,9,10) , chleb pszenny 120 g (1) , masło 10 g (7) , kra- kowska sucha 30 g (1,6,7,9,10) , ser ca- presi 40 g (7) , ser twarogowy chudy 30 g (7) , sałata 20 g, po- midor 0,5 szt., banan 1 szt., herbata 200 ml | Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (1,3,6,7,9,10) , kasza bulgur 80 g (1) , goto- wane pulpety drobio- we z sosem koperko- wym 250 g (7,9,10) , sałatka z tartych bu- raczków 150 g, napój 200 ml | Chleb pszenny 120 g (1) , masło 10 g (7) , serek do smarowania 30 g, (7) , szynka dro- biowa 60 g (1,6,7,9,10) , sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., serek wiejski 200 g (7) , herbata 200 ml | Kcal : 2371,3 kcal W : 271,3 g W tym cukry : 57 g B : 130,8 g T : 73,3 g Kw. Tł. Nasycone : 30,8 g Błonnik : 21,1 g Sód : 3727,7 mg |
| DIETA Z OGRANI- CZENIEM ŁATWO PRZYSWAJAL- NYCH WĘGLOWO- DANÓW | Zupa mleczna z ry- żem 400 ml (1,6,7,8,9,10) , chleb graham 60 g (1) , masło 10 g (7) , kra- kowska sucha 30 g (1,6,7,9,10) , ser ca- presi 40 g (7) , ser żółty 30 g (7) , sałata 20 g, ogórek 50 g, jabłko 1 szt., herbata 200 ml II śniadanie : chleb graham 60 g (1) , se- rek do smarowania 15 g (7) , sałata 20 g, krakowska sucha 30 g (1,6,7,9,10) Pod- wieczorek : serek wiejski 200 g (7) | Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (1,3,6,7,9,10) , kasza bulgur 80 g (1) , goto- wane pulpety drobio- we z sosem koperko- wym 250 g (7,9,10) , sałatka z tartych bu- raczków 150 g, napój 200 ml | Chleb graham 60 g (1) , masło 10 g (7) , serek do smarowania 30 g (7) , szynka dro- biowa 30 g (1,6,7,9,10) , sałata 20 g, ogórek 50 g, her- bata 200 ml | Kcal : 2261,8 kcal W : 210,1 g W tym cukry : 44,3 g B : 130,6 g T : 87,1 g Kw. Tł. Nasycone : 37,5 g Błonnik : 26,2 g Sód : 3716 mg |

| | | | | |
|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem 400 ml (1,6,7,8,9,10), chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), krakowska sucha 30 g (1,6,7,9,10), ser capresi 40 g (7), ser twarogowy chudy 30 g (7), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., banan 1 szt., herbata 200 ml</p> | <p>Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (1,3,6,7,9,10), kasza bulgur 80 g (1), gotowane pulpety drobiowe z sosem koperkowym 250 g (7,9,10), sałatka z tartych buraczków 150 g, napój 200 ml</p> | <p>Chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), serek do smarowania 30 g, (7), szynka drobiowa 60 g (1,6,7,9,10), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., serek wiejski 200 g (7), herbata 200 ml</p> | <p>Kcal : 2334,6 kcal W : 272,4 g W tym cukry : 56,9 g B : 133,3 g T : 67,6 g Kw. Tł. Nasycone : 26,8 g Błonnik : 21,1 g Sód : 3756,6 mg</p> |
|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

PIĄTEK 10.04.2026 r.

| | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | WARTOŚĆ OD- ŻYWCZA |
|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| DIETA PODSTA- WOWA | Zupa mleczna z ma- karonem 400 ml (1,6,7,8,9,10) , chleb graham 60 g (1) , chleb pszenny 60 g (1) , masło 10 g, serek do smarowania 30 g (7) , pasztet drobiowy 40 g (1,3,6,7,9,10,11) , jaj- ko gotowane 1 szt. (3) , sałata 20 g, rzod- kiewka 3 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml | Zupa barszcz czerw- ny 400 ml (1,3,6,7,9,10) , ziemniaki gotowane 250 g, smażony filet rybny (1,3) , surówka z kapusty pekińskiej 150 g, napój 200 ml | Chleb graham 60 g (1) , chleb pszenny 60 g (1) , masło 10 g (7) , sałatka rybna z wa- rzywami 120 g (4,9,10,11) , ser mozz- arella 30 g (7) , sała- ta 20 g, pomidor 0,5 szt., serek homogenizowa- ny 150 g (7) , herbata 200 ml | Kcal : 2676,3 kcal W : 85,6 g W tym cukry : 73,6 g B : 143,3 g T : 85,6 g Kw. Tł. Nasycone : 32,8 g Błonnik : 37,4 g Sód : 3427,4 mg |
| DIETA ŁATWO- STRAWNA | Zupa mleczna z ma- karonem 400 ml (1,6,7,8,9,10) , chleb pszenny 120 g (7) , masło 10 g (7) , serek do smarowania 30 g (7) , pasztet drobiowy 40 g (1,3,6,7,9,10,11) , jaj- ko gotowane 1 szt. (3) , sałata 20 g, po- midor 0,5 szt., banan 1 szt., herbata 200 ml | Zupa barszcz czerw- ny 400 ml (1,3,6,7,9,10) ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny duszony (3) w sosie pomidorowym 250 g (1,7,9,10) , surówka z kapusty pekińskiej 150 g, napój 200 ml | Chleb pszenny 120 g (1) , masło 10 g (7) , polędwica sopocka 30g (1,6,7,9,10) , ser mozzarella 60 g (7) , sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., serek homogenizowa- ny 150 g (7) , herbata 200 ml | Kcal : 2542,6 kcal W : 312,2 g W tym cukry : 78,6 g B : 137,2 g T : 72,1 g Kw. Tł. Nasycone : 32,5 g Błonnik : 28,5 g Sód : 3054,9 mg |

| | | | | |
|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</p> | <p>Zupa mleczna z makaronem 400 ml (1,6,7,8,9,10), chleb graham 60 g (1), masło 10 g (7), serek do smarowania 15 g (7), pasztet drobiowy 40 g (1,3,6,7,9,10,11), jajko gotowane 1 szt. (3), sałata 20 g, rzodkiewka 3 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml II śniadanie : chleb graham 60 g (1), serek do smarowania 15 g (7), ser mozzarella 30 g (7), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt. Podwieczorek : serek homogenizowany 150 g (7)</p> | <p>Zupa barszcz czerwony 400 ml (1,3,6,7,9,10) ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny duszony (3) w sosie pomidorowym 250 g (1,7,9,10), surówka z kapusty pekińskiej 150 g, napój 200 ml</p> | <p>Chleb graham 60 g (1), masło 10 g (7), polędwica sopocka 30g (1,6,7,9,10), ser mozzarella 60 g (7), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., herbata 200 ml</p> | <p>Kcal : 2256,4 kcal W : 246 g W tym cukry : 53,5 g B : 129,6 g T : 71 g Kw. Tł. Nasycone : 31,7 g Błonnik : 35,9 g Sód : 3440,3 mg</p> |
| <p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</p> | <p>Zupa mleczna z makaronem 400 ml (1,6,7,8,9,10), chleb pszenny 120 g (7), masło 10 g (7), serek do smarowania 30 g (7), pasztet drobiowy 40 g (1,3,6,7,9,10,11), jajko gotowane 1 szt. (3), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., banan 1 szt., herbata 200 ml</p> | <p>Zupa barszcz czerwony 400 ml (1,3,6,7,9,10) ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny duszony (3) w sosie pomidorowym 250 g (1,7,9,10), surówka z kapusty pekińskiej 150 g, napój 200 ml</p> | <p>Chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), polędwica sopocka 30g (1,6,7,9,10), ser mozzarella 60 g (7), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., serek homogenizowany 150 g (7), herbata 200 ml</p> | <p>Kcal : 2339,5 kcal W : 299,8 g W tym cukry : 58,8 g B : 127,8 g T : 59,8 g Kw. Tł. Nasycone : 24,5 g Błonnik : 25,6 g Sód : 3466,1 mg</p> |

SOBOTA 11.04.2026 r.

| | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | WARTOŚĆ OD- ŻYWCZA |
|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| DIETA PODSTA- WOWA | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400 ml (1,6,7,8,9,10) , chleb graham 60 g (1) , chleb pszenny 60 g (1) , masło 10 g (7) , pasta twarogowa 80 g (7) , polędwica sopocka 30 g (1,6,7,9,10) , sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml | Zupa jarzynowa 400 ml (1,3,6,7,9,10) , ryż gotowany 80 g, pierś z kurczaka w sosie chińskim 250 g (7,9,10) , brokuł gotowany 150 g, napój 200 ml | Chleb graham 60 g (1) , chleb pszenny 60 g (1) , masło 10 g (7) , serek do smarowania 30 g (7) , ser capresi 40 g (7) , krakowska sucha 60 g (1,6,7,9,10) , dżem 100 % owoców 30 g, sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jogurt owocowy 150 g (7) , herbata 200 ml | Kcal : 2627,8 kcal W : 337,3 g W tym cukry : 67,8 g B : 128,4 g T : 74,2 g Kw. Tł. Nasycone : 31,9 g Błonnik : 39,5 g Sód : 3035,7 mg |
| DIETA ŁATWO- STRAWNA | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400 ml (1,6,7,8,9,10) , chleb pszenny 120 g (1) , masło 10 g (7) , pasta twarogowa 80 g (7) , polędwica sopocka 30 g (1,6,7,9,10) , sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml | Zupa jarzynowa 400 ml (1,3,6,7,9,10) , ryż gotowany 80 g, pierś z kurczaka w sosie warzywnym 250 g (7,9,10) , brokuł gotowany 150 g, napój 200 ml | Chleb pszenny 120 g (1) , masło 10 g (7) , serek do smarowania 30 g (7) , ser capresi 40 g (7) , krakowska sucha 60 g (1,6,7,9,10) , dżem 100 % owoców 30 g, sałata 20 g, pomidor 0,5 szt. g, jogurt owocowy 150 g (7) , herbata 200 ml | Kcal : 2253,8 kcal W : 283,8 g W tym cukry : 62,3 g B : 118,9 g T : 63,1 g Kw. Tł. Nasycone : 26 g Błonnik : 33,3 g Sód : 2449,3 mg |
| DIETA Z OGRANI- CZENIEM ŁATWO PRZYSWAJAL- NYCH WĘGLOWO- DANÓW | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400 ml (1,6,7,8,9,10) , chleb graham 60 g (1) , masło 10 g (7) , pasta twarogowa 40 g (7) , polędwica sopocka 30 g (1,6,7,9,10) , sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml II śniadanie : chleb graham 60 g (1) , masło 10 g (7) , pasta twarogowa 40 g (7) , sałata 20 g, pomidor 0,5 szt. Podwieczorek : jogurt naturalny 150 g (7) | Zupa jarzynowa 400 ml (1,3,6,7,9,10) , ryż gotowany 80 g, pierś z kurczaka w sosie warzywnym 250 g (7,9,10) , brokuł gotowany 150 g, napój 200 ml | Chleb graham 60 g (1) , masło 10 g (7) , serek do smarowania 30 g (7) , ser capresi 40 g (7) , krakowska sucha 30 g (1,6,7,9,10) sałata 20 g, pomidor 0,5 szt. herbata 200 ml | Kcal: 2390,3 kcal W : 280,8 g W tym cukry : 56 g B : 115,8 g T : 76,4 g Kw. Tł. Nasycone : 36,9 g Błonnik : 41,1 g Sód : 2388,1 mg |

| | | | | |
|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>DIETA ŁATWO- STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400 ml (1,6,7,8,9,10), chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), pasta twarogowa 80 g (7), polędwica sopocka 30 g (1,6,7,9,10), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml</p> | <p>Zupa jarzynowa 400 ml (1,3,6,7,9,10), ryż gotowany 80 g, pierś z kurczaka w sosie warzywnym 250 g (7,9,10), brokuł gotowany 150 g, napój 200 ml</p> | <p>Chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), serek do smarowania 30 g (7), ser capresi 40 g (7), krakowska sucha 60 g (1,6,7,9,10), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt. g, jogurt naturalny 150 g (7), herbata 200 ml</p> | <p>Kcal : 2560,4 kcal W : 327,5 g W tym cukry : 54,6 g B : 131,4 g T : 69,2 g Kw. Tł. Nasycone : 29,7 g Błonnik : 35,2 g Sód : 3021,1 mg</p> |
|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

NIEDZIELA 12.04.2026 r.

| | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | WARTOŚĆ OD- ŻYWCZA |
|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| DIETA PODSTA- WOWA | Zupa mleczna z kaszą manną 400 ml (1,6,7,8,9,10) , chleb graham 60 g (1) , chleb pszenny 60 g (1) , masło 10 g (7) , serek do smarowania 30 g (7) , ser capresi 40 g (7) , szynka drobiowa 30 g (1,6,7,9,10) , sałata 20 g, papryka 0,5 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml | Zupa rosół 400 ml (1,3,6,7,9,10) , udo drobiowe duszone w ziołach 150 g w sosie własnym 100 g (7,9,10) , ziemniaki gotowane 250 g, surówka z marchewki i jabłka 150 g, napój 200 ml | Chleb graham 60 g (1) , chleb pszenny 60 g (1) , masło 10 g (7) , szynka drobiowa 30 g (1,6,7,9,10) , ser żółty 15 g (7) , sałata 20 g, ogórek 50 g, serek wiejski 200 g (7) , herbata 200 ml | Kcal : 2380,4 kcal W : 282 g W tym cukry : 50,6 g B : 116,8 g T : 75,1 g Kw. Tł. Nasycone : 31,2 g Błonnik : 28,5 g Sód : 3545,5 mg |
| DIETA ŁATWO- STRAWNA | Zupa mleczna z kaszą manną 400 ml (1,6,7,8,9,10) , chleb pszenny 120 g (1) , masło 10 g (7) , serek do smarowania 30 g (7) , ser capresi 40 g (7) , szynka drobiowa 30 g (1,6,7,9,10) , sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jabłko 1 szt. herbata 200 ml | Zupa rosół 400 ml (1,3,6,7,9,10) , pierś z kurczaka duszona w ziołach 150 g w sosie własnym 100 g (7,9,10) , ziemniaki gotowane 250 g, surówka z marchewki i jabłka 150 g, napój 200 ml | Chleb pszenny 120 g (1) , masło 10 g (7) , szynka drobiowa 60 g (1,6,7,9,10) , ser mozzarella 60 g (7) , sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., serek wiejski 200 g (7) , herbata 200 ml | Kcal : 2538,9 kcal W : 295,1 g W tym cukry : 50,7 g B : 138,4 g T : 77,7 g Kw. Tł. Nasycone : 34,3 g Błonnik : 24 g Sód : 4044,2 mg |
| DIETA Z OGRANI- CZENIEM ŁATWO PRZYSWAJAL- NYCH WĘGLOWO- DANÓW | Zupa mleczna z kaszą manną 400 ml (1,6,7,8,9,10) , chleb graham 60 g (1) , masło 10 g (7) , serek do smarowania 15 g (7) , ser capresi 40 g (7) , szynka drobiowa 30 g (1,6,7,9,10) , ser żółty 30 g (7) , sałata 20 g, papryka 0,5 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml II śniadanie : chleb graham 60 g (1) , serek do smarowania 30 g (7) , szynka drobiowa 30 g (1,6,7,9,10) , sałata 20 g, ogórek 50 g Podwieczorek : serek wiejski 200 g (7) | Zupa rosół 400 ml (1,3,6,7,9,10) , pierś z kurczaka duszona w ziołach 150 g w sosie własnym 100 g (7,9,10) , ziemniaki gotowane 250 g, surówka z marchewki i jabłka 150 g, napój 200 ml | Chleb graham 60 g (1) , masło 10 g (7) , szynka drobiowa 60 g (1,6,7,9,10) , ser mozzarella 30 g (7) , sałata 20 g, ogórek 50 g, herbata 200 ml | Kcal : 2323,5 kcal W : 247,2 g W tym cukry : 50,8 g B : 125 g T : 79,9 g Kw. Tł. Nasycone : 35,8 g Błonnik : 29,5 g Sód : 3536,3 mg |

| | | | | |
|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manną 400 ml (1,6,7,8,9,10), chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), serek do smarowania 30 g (7), ser capresi 40 g (7), szynka drobiowa 30 g (1,6,7,9,10), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jabłko 1 szt. herbata 200 ml</p> | <p>Zupa rosół 400 ml (1,3,6,7,9,10), pierś z kurczaka duszona w ziołach 150 g w sosie własnym 100 g (7,9,10), ziemniaki gotowane 250 g, surówka z marchewki i jabłka 150 g, napój 200 ml</p> | <p>Chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), szynka drobiowa 60 g (1,6,7,9,10), ser mozzarella 60 g (7), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., serek wiejski 200 g (7), herbata 200 ml</p> | <p>Kcal : 2591,2 kcal W : 292,7 g W tym cukry : 50,6 g B : 156,2 g T : 76.8 g Kw. Tł. Nasycone : 31,5 g Błonnik : 24 g Sód : 4021 mg</p> |
|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

PONIEDZIAŁEK 13.04.2026 r.

| | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | WARTOŚĆ OD- ŻYWCZA |
|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| DIETA PODSTA- WOWA | Zupa mleczna z zacierką 400 ml (1,6,7,8,9,10) , chleb graham 60 g (1) , chleb pszenny 60 g (1) , masło 10 g, krakowska sucha 30 g (1,6,7,9,10) , jajko gotowane 1 szt. (3) , sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml | Zupa selerowa 400 ml (1,3,6,7,9,10) gotowana kasza bulgur 80 g (1) , smażone kołtety mielone (1,3) z sosem warzywnym 250 g (7,9,10) , surówka wiosenna 150 g, napój 200 ml | Chleb graham 60 g (1) , chleb pszenny 60 g (1) , masło 10 g (7) , sałatka jarzynowa 120 g (1,3,6,7,9,10,11) , sałata 20 g, ogórek 50 g, jogurt owocowy 150 g (7) , herbata 200 ml | Kcal : 2478,7 kcal W : 259,9 g W tym cukry : 54,1 g B : 118,7 g T : 93,1 g Kw. Tł. Nasycone : 29,3 g Błonnik : 35,2 g Sód : 3823,4 mg |
| DIETA ŁATWO- STRAWNA | Zupa mleczna z zacierką 400 ml (1,6,7,8,9,10) , chleb pszenny 120 g (1) , masło 10 g (7) , krakowska sucha 30 g (1,6,7,9,10) , jajko gotowane 1 szt. (3) , sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml | Zupa selerowa 400 ml (1,3,6,7,9,10) , gotowana kasza bulgur 80 g (1) , gotowane pulpety drobiowe z sosem warzywnym 250 g (7,9,10) , surówka z marchewki 150 g, napój 200 ml | Chleb pszenny 120 g (1) , masło 10 g (7) , sałatka jarzynowa na jogurcie 120 g (1,3,6,7,9,10,11) , sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jogurt owocowy 150 g (7) , herbata 200 ml | Kcal : 2140,5 kcal W : 251,6 g W tym cukry : B : 104,1 g T : 66,8 g Kw. Tł. Nasycone : Błonnik : 27,3 g Sód : 2872,4 mg |
| DIETA Z OGRANI- CZENIEM ŁATWO PRZYSWAJAL- NYCH WĘGLOWO- DANÓW | Zupa mleczna z zacierką 400 ml (1,6,7,8,9,10) , chleb graham 60 g (1) , masło 10 g (7) , ser mozzarella 30 g (7) , krakowska sucha 30 g (1,6,7,9,10) , jajko gotowane 1 szt. (3) , sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml II śniadanie : chleb graham 60 g (1) , masło 10 g (7) , ser mozzarella 30 g (7) , sałata 20 g, rzodkiewka 3 szt. Podwieczorek : jogurt naturalny 150 g (7) | Zupa selerowa 400 ml (1,3,6,7,9,10) , gotowana kasza bulgur 80 g (1) , gotowane pulpety drobiowe z sosem warzywnym 250 g (7,9,10) , surówka wiosenna 150 g, napój 200 ml | Chleb graham 60 g (1) , masło 10 g (7) , sałatka jarzynowa 120 g (1,3,6,7,9,10,11) , sałata 20 g, ogórek 50 g, herbata 200 ml | Kcal : 2193,6 kcal W : 202,4 g W tym cukry : B : 105,6 g T : 93,6 g Kw. Tł. Nasycone : Błonnik : 32,9 g Sód : 3323,9 mg |

| | | | | |
|----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</p> | <p>Zupa mleczna z zacierką 400 ml (1,6,7,8,9,10), chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), ser mozzarella 60 g (7), krakowska sucha 30 g (1,6,7,9,10), jajko gotowane 1 szt. (3), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml</p> | <p>Zupa selerowa 400 ml (1,3,6,7,9,10), gotowana kasza bulgur 80 g (1), gotowane pulpety drobiowe z sosem warzywnym 250 g (7,9,10), surówka z marchewki 150 g, napój 200 ml</p> | <p>Chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), serek do smarowania 30 g (7), sałatka jarzynowa na jogurcie 120 g (1,3,6,7,9,10,11), polewka sopocka 30 g (1,6,7,9,10), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jogurt naturalny 150 g (7), herbata 200 ml</p> | <p>Kcal : 2150,4 kcal W : 253,6 g W tym cukry : 42,1 g B : 109,6 g T : 64,3 g Kw. Tł. Nasycone : 27,3 g Błonnik : 27,9 g Sód : 3658,4 mg</p> |
|----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

WTOREK 14.04.2026 r.

| | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | WARTOŚĆ OD- ŻYWCZA |
|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| DIETA PODSTA- WOWA | Zupa mleczna z ry- żem 400 ml (1,6,7,8,9,10), chleb graham 60 g (1), chleb pszenny 60 g (1), masło 10 g (7), pasta twarogowa 80 g (7), pasztet drobiowy 40 g (1,3,6,7,9,10,11) sałata 20 g, papryka 0,5 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml | Zupa kapuśniak 400 ml (1,3,6,7,9,10) go- towane kopytka (1,3) w sosie piezenio- wym 300 g (7,9,10) surówka z marchewki 150 g, napój 200 ml | Chleb graham 60 g (1), chleb pszenny 60 g (1), masło 10 g (7), ser capresi 40 g (7), krakowska sucha 30 g (1,6,7,9,10), dżem 100 % owoców 30 g, sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., serek homogenizowa- ny 150 g (7), herbata 200 ml | Kcal : 2660,7 kcal W : W tym cukry : 64,9 g B : 125,5 g T : 80,8 g Kw. Tł. Nasycone : 33,9 g Błonnik : 31,8 g Sód : 3496,5 mg |
| DIETA ŁATWO- STRAWNA | Zupa mleczna z ry- żem 400 ml (1,6,7,8,9,10), chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), pasta twarogowa 80 g (7), pasztet drobiowy 40 g (1,3,6,7,9,10,11), ser capresi 40 g (7), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml | Zupa koperkowa 400 ml (1,3,6,7,9,10), go- towane kopytka (1,3) w sosie piezenio- wym 300 g (7,9,10) surówka z buraczków 150 g, napój 200 ml | Chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), ser capresi 40 g (7), krakowska sucha 30 g (1,6,7,9,10), dżem 100 % owoców 30 g, sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., serek homogenizowa- ny 150 g (7), herbata 200 ml | Kcal : 2563,5 kcal W : 317,5 g W tym cukry : B : 123 g T : 81,7 g Kw. Tł. Nasycone : Błonnik : 22,3 g Sód : 3476,7 mg |
| DIETA Z OGRANI- CZENIEM ŁATWO PRZYSWAJAL- NYCH WĘGLOWO- DANÓW | Zupa mleczna z ry- żem 400 ml (1,6,7,8,9,10), chleb graham 60 g (1), masło 10 g (7), pasta twarogowa 80 g (7), pasztet drobiowy 40 g (1,3,6,7,9,10,11) sałata 20 g, papryka 0,5 szt., jabłko 1 szt., 7), herbata 200 ml II śniadanie : chleb graham 60 g (1), ma- sło 10 g (7), sałata 20 g, serek capresi 40 g (7) Podwieczorek : serek homogenizowany 150 g (7), | Zupa kapuśniak 400 ml (1,3,6,7,9,10) go- towane kopytka (1,3) w sosie piezenio- wym 300 g (7,9,10) surówka z marchewki 150 g, napój 200 ml | Chleb graham 60 g (1), masło 10 g, (7) ser capresi 40 g (7), krakowska sucha 30 g (1,6,7,9,10) sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., herbata 200 ml | Kcal : 2491,5 kcal W : 280,2 g W tym cukry : B : 113,1 g T : 89 g Kw. Tł. Nasycone : Błonnik : 31,9 g Sód : 3846,6 mg |

| | | | | |
|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem 400 ml (1,6,7,8,9,10), chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), pasta twarogowa 80 g (7), pasztet drobiowy 40 g (1,3,6,7,9,10,11), ser capresi 40 g (7), sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., jabłko 1 szt., herbata 200 ml</p> | <p>Zupa koperkowa 400 ml (1,3,6,7,9,10), gotowane kopytka (1,3) w sosie pieczeniowym 300 g (7,9,10) surówka z buraczków 150 g, napój 200 ml</p> | <p>Chleb pszenny 120 g (1), masło 10 g (7), ser capresi 40 g (7), krakowska sucha 30 g (1,6,7,9,10), dżem 100 % owoców 30 g, sałata 20 g, pomidor 0,5 szt., serek homogenizowany 150 g (7), herbata 200 ml</p> | <p>Kcal : 2497,8 kcal W : 322,7 g W tym cukry : 48,7 g B : 119,6 g T : 70,4 g Kw. Tł. Nasycone : 23,3 g Błonnik : 23,4 g Sód : 3405,6 mg</p> |
|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|