Jadłospisy na okres 09.05 – 18.05.2026

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Sobota, 09.05.2026 Dieta podstawowa		
• kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól], chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g [filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy,przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**], • papryka świeża 60g, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]	• Marchwianka 300ml [woda, marchew (47,7%), ziemniaki, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • paluszek wieprzowo-drobiowy pieczony 100g [łopatka wieprzowa b/k (38,7%), karkówka wieprzowa z/k (16,1%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (12,9%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, cebula, natka pietruszki, sól], • sos pieczarkowy 50ml [woda, pieczarki mrożone (17%), marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), **mleko** 2%, cebula, olej rzepakowy rafinowany 100%, mąka **pszenna**, sól, pieprz czarny mielony], • kasza j**ęczmienna** 200g[woda, kasza **jęczmienna (91%)**, olej rzepakowy rafinowany 100%, sól], • surówka z selera 120g [**seler** korzeń (85,9%), śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**), cukier, natka pietruszki, cukier, sól], • woda*.	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pasta z groszku 30g [groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), cebula, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny) (79%), pietruszka natka, olej rzepakowy rafinowany 100%, pieprz czarny mielony, sól], • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna:2112 kcal; Białko ogółem: 94,63g; Tłuszcz: 84,84g; Kw. tł. nas.: 34,68g; Węglowodany ogółem: 257,58g; W tym cukry: 48,56g; Błonnik: 32,64g; Sól: 5,01g		

Sobota, 09.05.2026 Dieta łatwostrawna		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól], chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] , • masło 15g (z **mleka**), • **jajo gotowane** 1 szt, • sałata masłowa 5g, • dżem truskawkowy 25g (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy), • kawa zbożowa z mlekiem 250ml. [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]	• Marchwianka 300ml [woda, marchew (47,7%), ziemniaki, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • rolada drobiowa z włoszczyzną 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (58,8%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,5%), **seler** korzeń (6,5%), natka pietruszki, sól], • sos koperkowy 50ml[woda, marchew, **seler** korzeń, koper mrożony (3%), **mleko** 2%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g • **seler** gotowana 120g [seler (95%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g [filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**], • pomidor świeży 60g, • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1732kcal; Białko ogółem: 84,07g; Tłuszcz: 56,93g; Kw. tł. nas.: 31,57g; Węglowodany ogółem: 23,4,60g; W tym cukry:52,12 g; Błonnik: 27,56g; Sól: 5,63g		
Sobota, 09.05.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól], chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] , • masło 15g (z **mleka**), • **jajo gotowane** 1 szt, • sałata masłowa 5g, • dżem truskawkowy 25g(truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas	• Marchwianka 300ml [woda, marchew (47,7%), ziemniaki, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • rolada drobiowa z włoszczyzną 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (58,8%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,5%), **seler**	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g [filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian

cytrynowy), • herbata czarna 250ml. **II śniadanie:** kisiel owocowy 150g [woda, kisiel owocowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, aromat, sól, suszony koncentrat soku wiśniowego 0,1%, barwnik: kwas karminowy), cukier] z jogurtem 10g (**mleko**, białka mleka, żywe kultury bakterii).	korzeń (6,5%), natka pietruszki, sól], • sos koperkowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koper mrożony (3%), **mleko** 2%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g • **seler** gotowana 120g[seler (95%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], woda*. angielskie, liść laurowy], **Podwieczorek :** serek homogenizowany waniliowy 150g**(mleko, śmietanka,** cukier, aromat waniliowy, kultury bakterii mlekowych).	monosodowy, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**], • pomidor świeży 60g, • roszponka 5g, • herbata czarna 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1902kcal; Białko ogółem: 88,90g; Tłuszcz: 60,61g; Kw. tł. nas.:34,26 g; Węglowodany ogółem: 264,99g; W tym cukry: 82,59g; Błonnik: 26,80g; Sól:5,73g		
Sobota, 09.05.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól], chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] , • masło 10g (z **mleka**), • białko jaja faszerowane ([białko **jaja** kurzego (52%), marchew, mięso z piersi kurczaka, pietruszka natka, sól], • sałata masłowa 5g, • dżem truskawkowy 25g(truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy), • kawa zbożowa z mlekiem 250ml[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Marchwianka 300ml [woda, marchew (47,7%), ziemniaki, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • rolada drobiowa z włoszczyzną 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (58,8%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,5%), **seler** korzeń (6,5%), natka pietruszki, sól], • sos koperkowy 50ml[woda, marchew, **seler** korzeń, koper mrożony (3%), **mleko** 2%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g • **seler** gotowana 120g[seler (95%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g [filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**], • pomidor świeży 60g, • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250m[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]l.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna:1658 kcal; Białko ogółem: 83,99g; Tłuszcz:48,67 g; Kw. tł. nas.:26,09 g; Węglowodany ogółem: 234,52g; W tym cukry: 52,06g; Błonnik: 27,56g; Sól: 5,63g		
Sobota, 09.05.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • jajo gotowane 1 szt, • pasta z groszku 30g [groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), cebula, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny) (79%), pietruszka natka, olej rzepakowy rafinowany 100%, pieprz czarny mielony, sól], pomidor świeży 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Marchwianka 300ml [woda, marchew (47,7%), ziemniaki, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • rolada drobiowa z włoszczyzną 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (58,8%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,5%), **seler** korzeń (6,5%), natka pietruszki, sól], • sos koperkowy 50ml[woda, marchew, **seler** korzeń, koper mrożony (3%), **mleko** 2%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g • surówka z **selera** 120 **g** [**seler** korzeń (85,9%), śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**), cukier, natka pietruszki, cukier, sól], • woda*.	• Chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g [filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**], • ogórek świeży 60g, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250m[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)l.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1963kcal; Białko ogółem: 92,32g; Tłuszcz: 57,87g; Kw. tł. nas.: 24,54g; Węglowodany ogółem:284,95 g; W tym cukry: 50,99g; Błonnik: 34,87g; Sól:5,04 g		
Sobota, 09.05.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki],	• Marchwianka 300ml [woda, marchew (47,7%), ziemniaki, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • rolada drobiowa z	• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania

• masło 10g(z **mleka**), • jajo gotowane 1 szt, • pasta z groszku 30g [groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), cebula, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny) (79%), pietruszka natka, olej rzepakowy rafinowany 100%, pieprz czarny mielony, sól], • pomidor świeży 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml. [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)] **II śniadanie:** Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g, sałatka z fasolki szparagowe j120g [fasolka szparagowa (67,6%), marchew, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól	włoszczyzną 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (58,8%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,5%), **seler** korzeń (6,5%), natka pietruszki, sól], • sos koperkowy 50ml[woda, marchew, **seler** korzeń, koper mrożony (3%), **mleko** 2%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g • surówka z **selera** 120 **g** [**seler** korzeń (85,9%), śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**), cukier, natka pietruszki, cukier, sól], woda*. **Podwieczorek:** galaretka mleczna 120g **[mleko** 2%, woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)]	mąki], • masło 10g(z **mleka**), • wędlina drobiowa – szynka konserwowa 50g [filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**], • ogórek świeży 60g, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1935kcal; Białko ogółem: 90,23g; Tłuszcz: 60,85g; Kw. tł. nas.: 26,82g; Węglowodany ogółem: 276,58g; W tym cukry: 46,44g; Błonnik: 42,75g; Sól: 7,18		

Sobota, 09.05.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól], chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g(z **mleka**), • wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g [filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**], • papryka świeża 60g, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)] **II śniadanie:** kisiel owocowy 150g [woda, kisiel owocowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, aromat, sól, suszony koncentrat soku wiśniowego 0,1%, barwnik: kwas karminowy), cukier] z jogurtem 10g (**mleko**, białka mleka, żywe kultury bakterii).	• Marchwianka 300ml [woda, marchew (47,7%), ziemniaki, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • paluszek wieprzowo-drobiowy pieczony 100g [łopatka wieprzowa b/k (38,7%), karkówka wieprzowa z/k (16,1%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (12,9%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, cebula, natka pietruszki, sól], • sos pieczarkowy 50ml [woda, pieczarki mrożone (17%), marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), **mleko** 2%, cebula, olej rzepakowy rafinowany 100%, mąka **pszenna**, sól, pieprz czarny mielony], • kasza j**ęczmienna** 200g, [woda, kasza **jęczmienna (91%)**, olej rzepakowy rafinowany 100%, sól] • surówka z selera 120g [**seler** korzeń (85,9%), śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**), cukier, natka pietruszki, cukier, sól], woda*. **Podwieczorek :** serek homogenizowany waniliowy 150g**(mleko, śmietanka,** cukier, aromat waniliowy, kultury bakterii mlekowych).	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pasta z groszku 30g [groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), cebula, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny) (79%), pietruszka natka, olej rzepakowy rafinowany 100%, pieprz czarny mielony, sól], pomidor 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), • papryka świeża 60g, • rukola5g, • kasza kukurydziana na mleku 250g [**mleko** (76,9%), woda, kasza kukurydziana (8%) sól] • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2616kcal; Białko ogółem: 116,44g; Tłuszcz: 97,87g; Kw. tł. nas.: 42,73g; Węglowodany ogółem:334,76 g; W tym cukry:100,9 g; Błonnik: 35,06g; Sól: 5,49g		

* woda pitna dostępna na oddziałach

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Niedziela, 10.05.2026 Dieta podstawowa		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól] chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g(z **mleka**), • udko z kurczaka 40g (udko z kurczaka ze skórą 65 %, woda , żelatyna wieprzowa, maltodekstryna regulator kwasowości:E331, E500, przeciwutleniacz:E301, E300, E316, wzmacniacz smaku, : E621, sól, hydrolizat biała **sojowego,** skrobia , aromaty, przyprawy(pieprz, papryka , czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra) tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstraty przypraw, substancja konserwująca: E250, możliwa obecność**: glutenu, selera, gorczycy, mleka łącznie z laktozą) ,** • ser żółty 20g (**mleko**, sól, stabilizator – chlorek wapnia, kultury bakterii), • ogórek świeży 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml[woda, **mleko** (39,5%), • kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Rosół [woda, marchew, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] z makaronem (mąka pszenna makaronowa) 300ml, • schab pieczony 100g ([schab wieprzowy b/k (97,6%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, majeranek, pieprz czarny mielony], • sos własny 50ml ([woda, marchew (14%), **seler** korzeń (14%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • surówka z kapusty kiszonej 120g ([kapusta kiszona (kapusta biała, marchew 5%, sól) (72,5%), marchew, cebula, cukier, sól], • woda*.	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło(z **mleka**), 15g, • ser twarogowy półtłusty 80g, (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • dżem truskawkowy 25g(truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy 25g, • roszponka 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml. l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035kcal; Białko ogółem: 108,07g; Tłuszcz: 76,44g; Kw. tł. nas.: 31,68g; Węglowodany ogółem: 239,67g; W tym cukry: 49,15g; Błonnik: 24,48g; Sól:5,19 g		

<table>
<tr><th colspan="3">Sobota, 10.05.2026 Dieta łatwostrawna</th></tr>
<tr>
<td>

Płatki owsiane na mleku 300ml [mleko (76,9%), woda, płatki owsiane górskie (7,7%), sól], chleb pszenny 72g [mąka pszenna (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka żytnia (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] ,
masło 15g (z mleka)
ser twarogowy półtłusty 80g, (mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii), pasta drobiowa 30g ,
pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, seler, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy],
roszponka 5g,
kawa zbożowa z mlekiem 250ml[woda, mleko (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (jęczmień, żyto), cykoria)].

</td>
<td>

Rosół [woda, marchew, seler korzeń, korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] z makaronem (mąka pszenna makaronowa) 300ml,
udziec drobiowy gotowany 110g [udziec z kurczaka (75,9%), marchew, seler korzeń, koper, sól, majeranek],
sos potrawkowy 50ml[woda, marchew, seler korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z mleka), stabilizator: karagen, emulgator: E471), masło 82% tłuszczu (z mleka), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (dwutlenek siarki), mąka pszenna, sól, cukier, kwasek cytrynowy),
ryż gotowany 200g [woda,
ryż biały (92%), masło 82% tłuszczu (z mleka), sól],
bukiet warzyw 120g [marchew, brokuł mrożony, kalafior mrożony, masło 82% tłuszczu (z mleka), cukier, sól),
woda*.

</td>
<td>

Chleb pszenny 72g [mąka pszenna (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka żytnia (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] ,
masło 15g(z mleka),
udko z kurczaka 40g (udko z kurczaka ze skórą 65 %, woda , żelatyna wieprzowa, maltodekstryna regulator kwasowości:E331, E500, przeciwutleniacz:E301, E300, E316, wzmacniacz smaku, : E621, sól, hydrolizat biała sojowego, skrobia , aromaty, przyprawy(pieprz, papryka , czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra) tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstraty przypraw, substancja konserwująca: E250, możliwa obecność: glutenu, selera, gorczycy, mleka łącznie z laktozą),
pomidor świeży 60g,
sałata masłowa 5g,
kawa zbożowa z mlekiem 250ml. l[woda, mleko (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (jęczmień, żyto), cykoria)].

</td>
</tr>
<tr><td colspan="3">Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1864kcal; Białko ogółem: 103,20g; Tłuszcz: 63,82g; Kw. tł. nas.: 33,75g; Węglowodany ogółem: 229,97g; W tym cukry: 40,77g; Błonnik: 20,51g; Sól: 5,81g</td></tr>
<tr><th colspan="3">Sobota, 10.05.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci</th></tr>
<tr>
<td>

Płatki owsiane na mleku 300ml [mleko (76,9%), woda, płatki owsiane górskie (7,7%), sól], chleb pszenny 72g [mąka pszenna (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka żytnia (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] ,
masło 15g (z mleka),
ser twarogowy półtłusty 80g, (mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii), pasta drobiowa 30g ,
pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy

</td>
<td>

Rosół [woda, marchew, seler korzeń, korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] z makaronem (mąka pszenna makaronowa) 300ml,
udziec drobiowy gotowany 110g [udziec z kurczaka (75,9%), marchew, seler korzeń, koper, sól, majeranek],
sos potrawkowy 50ml[woda, marchew, seler korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z mleka), stabilizator: karagen, emulgator: E471), masło 82% tłuszczu (z mleka),

</td>
<td>

Chleb pszenny 72g [mąka pszenna (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka żytnia (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] ,
masło 15g(z mleka),
udko z kurczaka 40g (udko z kurczaka ze skórą 65 %, woda , żelatyna wieprzowa, maltodekstryna regulator kwasowości:E331, E500, przeciwutleniacz:E301, E300, E316, wzmacniacz smaku, : E621, sól, hydrolizat biała sojowego, skrobia , aromaty, przyprawy(pieprz, papryka ,

</td>
</tr>
</table>

drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • roszponka 5g, • herbata czarna 250ml. **II śniadanie:** jogurt owocowy 150g (**mleko,** truskawki- 9%,cukier, skrobia, stabilizator: pektyny: koncentrat: z marchwi soku z buraka ćwikłowego, aromat, żywe kultury bakterii jogurtowych)	rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**), mąka **pszenna**, sól, cukier, kwasek cytrynowy), ryż gotowany 200g [woda, • ryż biały (92%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), sól], • bukiet warzyw 120g [marchew, brokuł mrożony, kalafior mrożony, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól), • woda*. **Podwieczorek:** jabłko pieczone 200g.	czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra) tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstraty przypraw, substancja konserwująca: E250, możliwa obecność**: glutenu, selera, gorczycy, mleka łącznie z laktozą),** • pomidor świeży 60g, • sałata masłowa 5g**,** • herbata czarna 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1983kcal; Białko ogółem: 104,02g; Tłuszcz: 60,90g; Kw. tł. nas.: 31,69g; Węglowodany ogółem:268,13 g; W tym cukry: 51,37g; Błonnik: 23,73g; Sól: 5,72g		
Sobota, 10.05.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól], chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] , • masło 15g (z **mleka**) • ser twarogowy półtłusty 80g, (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • pasta drobiowa 30g , [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Rosół [woda, marchew, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] z makaronem (mąka pszenna makaronowa) 300ml, • udziec drobiowy gotowany 110g [udziec z kurczaka (75,9%), marchew, **seler** korzeń, koper, sól, majeranek], • sos potrawkowy 50ml[woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**), mąka **pszenna**, sól, cukier, kwasek cytrynowy), ryż gotowany 200g [woda, • ryż biały (92%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), sól], • bukiet warzyw 120g [marchew, brokuł mrożony, kalafior mrożony, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól), • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] , • masło 15g(z **mleka**), • udko z kurczaka 40g (udko z kurczaka ze skórą 65 %, woda , żelatyna wieprzowa, maltodekstryna regulator kwasowości:E331, E500, przeciwutleniacz:E301, E300, E316, wzmacniacz smaku, : E621, sól, hydrolizat biała **sojowego,** skrobia , aromaty, przyprawy(pieprz, papryka , czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra) tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstraty przypraw, substancja konserwująca: E250, możliwa obecność: **glutenu, selera, gorczycy, mleka** łącznie z **laktozą),** • pomidor świeży 60g, • sałata masłowa 5g**,** • kawa zbożowa z mlekiem 250ml. l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1790kcal; Białko ogółem: 103,12g; Tłuszcz: 55g; Kw. tł. nas.: g; Węglowodany ogółem: g; W tym cukry: g; Błonnik: g; Sól: g		

Sobota, 10.05.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól], chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g(z **mleka**), • ser twarogowy półtłusty 80g, (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • papryka świeża 60g • jabłko świeże 200g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Rosół [woda, marchew, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] z makaronem (mąka pszenna makaronowa) 300ml, • udziec drobiowy gotowany 110g [udziec z kurczaka (75,9%), marchew, **seler** korzeń, koper, sól, majeranek], • sos potrawkowy 50ml[woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**), mąka **pszenna**, sól, cukier, kwasek cytrynowy), • ryż gotowany 200g [woda, • ryż biały (92%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), sól], • surówka z marchwi 120g , [marchew (77,7%), jabłko, śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), natka pietruszki, cukier, kwasek cytrynowy, sól] • woda*.	• Chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g(z **mleka**), • udko z kurczaka 40g (udko z kurczaka ze skórą 65 %, woda , żelatyna wieprzowa, maltodekstryna regulator kwasowości:E331, E500, przeciwutleniacz:E301, E300, E316, wzmacniacz smaku, : E621, sól, hydrolizat biała **sojowego,** skrobia , aromaty, przyprawy(pieprz, papryka , czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra) tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstraty przypraw, substancja konserwująca: E250, możliwa obecność**: glutenu, selera, gorczycy, mleka** łącznie z **laktozą),** • ogórek kiszony 60g, • roszponka 5g**,** kawa • zbożowa z mlekiem 250ml. l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2142kcal; Białko ogółem:103,16 g; Tłuszcz: 76,91g; Kw. tł. nas.: 32,29g; Węglowodany ogółem: 271,45g; W tym cukry: 54,44g; Błonnik:30,19 g; Sól:6,63g		
Sobota, 10.05.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • ser twarogowy półtłusty 80g, (**mleko** pasteryzowane, żywe	• Rosół [woda, marchew, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] z makaronem (mąka pszenna makaronowa) 300ml, • udziec drobiowy gotowany 110g [udziec z kurczaka (75,9%), marchew, **seler** korzeń, koper, sól, majeranek], • sos potrawkowy 50ml[woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z	• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • udko z kurczaka 50g (udko z kurczaka ze skórą 65 %, woda ,

kultury bakterii), • papryka świeża 60g • jabłko świeże 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml(kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g, sałatka z buraka i groszku 120g[buraki (88,2%), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól) (5,8%), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, cukier kwasek cytrynowy, sól]	**mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**), mąka **pszenna**, sól, cukier, kwasek cytrynowy], ryż gotowany 200g [woda, • ryż biały (92%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), sól], • surówka z marchwi 120g , [marchew (77,7%), jabłko, śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), natka pietruszki, cukier, kwasek cytrynowy, sól] woda*. • woda*. **Podwieczorek:** Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g, mix sałata z nasionami, sos winegret 120g [sałata lodowa (30,6%), papryka konserwowa (papryka, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól, olej rzepakowy, liść laurowy, **gorczyca**, ziele angielskie), ogórek konserwowy (ogórki, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól, koper, **gorczyca**, liść laurowy, czosnek, ziele angielskie), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), olej rzepakowy rafinowany 100%, nasiona dyni, nasiona słonecznika, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, cukier, sól, przyprawy naturalne), lubczyk, bazylia]	żelatyna wieprzowa, maltodekstryna regulator kwasowości:E331, E500, przeciwutleniacz:E301, E300, E316, wzmacniacz smaku, : E621, sól, hydrolizat biała **sojowego,** skrobia , aromaty, przyprawy(pieprz, papryka , czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra) tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstraty przypraw, substancja konserwująca: E250, możliwa obecność**: glutenu, selera, gorczycy, mleka** łącznie z **laktozą),** • ogórek kiszony 60g, • roszponka 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml. l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2319kcal; Białko ogółem:196 g; Tłuszcz: 77,17g; Kw. tł. nas.:30,07 g; Węglowodany ogółem: 323,73g; W tym cukry: 69,15g; Błonnik:42,0g; Sól: 7,33g		
Sobota, 10.05.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól] chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki],	• Rosół [woda, marchew, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] z makaronem (mąka pszenna makaronowa) 300ml, • schab pieczony 100g ([schab wieprzowy b/k (97,6%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, majeranek, pieprz czarny mielony], • sos własny 50ml ([woda, marchew (14%), **seler** korzeń (14%), **mleko** 2%,	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło (z **mleka**), 15g, • ser twarogowy półtłusty 80g, (**mleko** pasteryzowane, żywe

• masło 15g(z **mleka**), • udko z kurczaka 40g (udko z kurczaka ze skórą 65 %, woda , żelatyna wieprzowa, maltodekstryna regulator kwasowości:E331, E500, przeciwutleniacz:E301, E300, E316, wzmacniacz smaku, : E621, sól, hydrolizat biała **sojowego,** skrobia , aromaty, przyprawy(pieprz, papryka , czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra) tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstraty przypraw, substancja konserwująca: E250, możliwa obecność**: glutenu, selera, gorczycy, mleka łącznie z laktozą) ,** • ser żółty 20g (**mleko**, sól, stabilizator – chlorek wapnia, kultury bakterii), • ogórek świeży 60g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** jogurt naturalny 150g (**mleko**, białka mleka, żywe kultury bakterii).	mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • surówka z kapusty kiszonej 120g ([kapusta kiszona (kapusta biała, marchew 5%, sól) (72,5%), marchew, cebula, cukier, sól], • woda*. **Podwieczorek:** jabłko świeże 200g.	kultury bakterii), • dżem truskawkowy 25g(truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy 25g, • roszponka 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml. l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2240kcal; Białko ogółem: 126,45g; Tłuszcz:85,97 g; Kw. tł. nas.: 36,68g; Węglowodany ogółem: 303,32g; W tym cukry: 87,11g; Błonnik:29,28 g; Sól: 5,72g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Poniedziałek, 11.05.2026 Dieta podstawowa		
• Kasza jęczmienna na mleku 300ml (**mleko** (78,1%), woda, kasza **jęczmienna** (6,3%), sól],chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do	• Barszcz ukraiński 300ml, [woda, buraki (40%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, fasola sucha, kapusta świeża, fasola szparagowa mrożona, cebula, groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • leczo wieprzowe z warzywami 180g [łopatka

przetwarzania mąki], • masło 15g(z **mleka**), • krakowska z kurczaka 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • **jajo** gotowane 1 szt., • pomidor świeży 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml. l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	cytrynowy], • ryż z jabłkiem 250g**[mleko** 2% (34,4%), jabłka (34,4%), ryż biały, woda, cukier, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier waniliowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii)] i sosem waniliowym 50ml **mleko** 2%, cukier, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera **laktozę**), barwnik: kurkumina), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**), cukier wanilinowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii) (<1%)], • woda*.	wieprzowa b/k (25,5%), marchew, karkówka wieprzowa z/k (10,6%), **seler** korzeń, papryka mrożona, fasolka szparagowa mrożona, pieczarka mrożona, cebula, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, pieprz czarny mielony], • jogurt naturalny 150g (mleko, białka mleka, kultury bakterii, drożdże kefirowe) , • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]..
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2490kcal; Białko ogółem: 104,30g; Tłuszcz:90,85 g; Kw. tł. nas.: 39,50g; Węglowodany ogółem: 328,44g; W tym cukry: 112,76g; Błonnik: 31,58g; Sól:5,69 g		
Poniedziałek, 11.05.2026 Dieta łatwostrawna		
• Kasza jęczmienna na mleku 300ml (**mleko** (78,1%), woda, kasza **jęczmienna** (6,3%), sól, , chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15(z **mleka**), • krakowska z kurczaka 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca:	• Barszcz zabielany 300ml[woda, buraki (40%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cukier, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy] • filet z morszczuka z włoszczyzną gotowany 90g[filet z **morszczuka** (57,8%), marchew (28,9%), **seler** korzeń (11,6%)**,** natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, majeranek], • sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%),	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g(z **mleka**), • sałatka warzywno owocowa z makaronem 180g [marchew (46,5%), makaron (mąka makaronowa **pszenna)** (11,6%), **seler** korzeń, brokuł mrożony, brzoskwinia w syropie (brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy), jogurt naturalny (**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól,przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA),

E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • **jajo** gotowane 1 szt, pomidor świeży 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml. l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka, kawa zbożowa z mlekiem 250ml l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]..	sól], • ziemniaki 200g, • marchew ze szpinakiem 120g[marchew (89,8%), szpinak mrożony (6,1%) masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], • woda*.	regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), ananas w syropie (ananas plastry, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy), natka pietruszki, sól], • kefir naturalny 200g (mleko, białka mleka, kultury bakterii, drożdże kefirowe), • kawa zbożowa z mlekiem 250ml. l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1857kcal; Białko ogółem:89,44 g; Tłuszcz:63,16 g; Kw. tł. nas.: 33,08g; Węglowodany ogółem: 248,02g; W tym cukry: 73,97g; Błonnik:29,30 g; Sól: 7,49g		
Poniedziałek, 11.05.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• Kasza jęczmienna na mleku 300ml (**mleko** (78,1%), woda, kasza **jęczmienna** (6,3%), sól, , chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] , • masło 15(z **mleka**), • krakowska z kurczaka 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • **jajo** gotowane 1 szt, • pomidor świeży 60g, • herbata czarna 250ml. **II śniadanie:** biszkopty 30g [mąka **pszenna**, **jaja**, cukier, cukier płynny inwertowany, skrobia ziemniaczana, emulgatory: E471,	• Barszcz zabielany 300ml[woda, buraki (40%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cukier, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy], • filet z morszczuka z włoszczyzną gotowany 90g[filet z **morszczuka** (57,8%), marchew (28,9%), **seler** korzeń (11,6%)**,** natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, majeranek], • sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól], • ziemniaki 200g, • marchew ze szpinakiem 120g[marchew (89,8%), szpinak mrożony (6,1%) masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], • woda*. **Podwieczorek:** budyń śmietankowy z musem owocowym 10g**[mleko** 2%, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera laktozę) barwnik:	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g(z **mleka**), • sałatka warzywno owocowa z makaronem 180g [marchew (46,5%), makaron (mąka makaronowa **pszenna)** (11,6%), **seler** korzeń, brokuł mrożony, brzoskwinia w syropie (brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy), jogurt naturalny (**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól,przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), ananas w syropie (ananas plastry, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy), natka pietruszki, sól] • jogurt naturalny 150g (**mleko**, białka mleka, żywe kultury bakterii),

E475, E477]	kurkumina), dżem truskawkowy (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancja zagęszczająca: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy) (5,5%), cukier]	• herbata czarna 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1987kcal; Białko ogółem: 91,56g; Tłuszcz: 62,86g; Kw. tł. nas.: 31,90g; Węglowodany ogółem: 279,44g; W tym cukry: 82,82g; Błonnik: 29,04g; Sól: 7,63g		
Poniedziałek, 11.05.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Kasza jęczmienna na mleku 300ml (**mleko** (78,1%), woda, kasza **jęczmienna** (6,3%), sól, , chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] , • masło 15(z **mleka**), • krakowska z kurczaka 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • **jajo** gotowane 1 szt, • pomidor świeży 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml. I[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Barszcz zabielany 300ml[woda, buraki (40%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cukier, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy], • filet z morszczuka z włoszczyzną gotowany 90g[filet z **morszczuka** (57,8%), marchew (28,9%), **seler** korzeń (11,6%)**,** natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, majeranek], • sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól], • ziemniaki 200g, • marchew ze szpinakiem 120g[marchew (89,8%), szpinak mrożony (6,1%) masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] , masło 10g(z **mleka**), • sałatka warzywno owocowa z makaronem 180g [marchew (46,5%), makaron (mąka makaronowa **pszenna)** (11,6%), **seler** korzeń, brokuł mrożony, brzoskwinia w syropie (brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy), jogurt naturalny (**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól,przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), ananas w syropie (ananas plastry, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy), natka pietruszki, sól], • kefir naturalny 200g (mleko, białka mleka, kultury bakterii, drożdże kefirowe), • kawa zbożowa z mlekiem 250ml. I[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1783kcal; Białko ogółem: 89,36g; Tłuszcz: 54,90g; Kw. tł. nas.: 27,60g; Węglowodany ogółem: 247,94g; W tym cukry: 73,73g; Błonnik: 29,30g; Sól: 7,49g		

Poniedziałek, 11.05.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Kasza jęczmienna na mleku 300ml (**mleko** (78,1%), woda, kasza **jęczmienna** (6,3%), sól, chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10(z **mleka**), • krakowska z kurczaka 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • **jajo** gotowane 1 szt, • pomidor świeży 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml. l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka, kawa zbożowa z mlekiem 250ml l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Barszcz zabielany 300ml[woda, buraki (40%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cukier, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy] • filet z morszczuka z włoszczyzną gotowany 90g[filet z **morszczuka** (57,8%), marchew (28,9%), **seler** korzeń (11,6%)**,** natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, majeranek], • sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól], • ziemniaki 200g, • surówka jarzynowa 120g [marchew, ziemniaki, **seler** korzeń, ogórek kiszony (ogórki, woda sól, przyprawy), **jajo**, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny), sól], • woda*.	• Chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 10g(z **mleka**), • sałatka warzywno owocowa z makaronem 180g[marchew (37,2%), ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,3%), **seler** korzeń, brzoskwinia w syropie (brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy) , majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól,przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), ananas w syropie (ananas plastry, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), natka pietruszki, sól] • kefir naturalny 200g (mleko, białka mleka, kultury bakterii, drożdże kefirowe), • kawa zbożowa z mlekiem 250ml. l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2074kcal; Białko ogółem: 85,90g; Tłuszcz:77,53 g; Kw. tł. nas.: 28,42g; Węglowodany ogółem:272,82 g; W tym cukry: 81,53g; Błonnik:30,03g; Sól: 5,82g		

Poniedziałek, 11.05.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g(z **mleka**), • krakowska z kurczaka 50g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • **jajo** gotowane 1 szt, • pomidor świeży 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml. l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka, kawa zbożowa z mlekiem 250ml l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]., kawa zbożowa z mlekiem 250ml. **II śniadanie:** Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g, sałatka z brukselki 120g [brukselka mrożona (67%), marchew, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), kukurydza konserwowa, sól]	• Barszcz zabielany 300ml[woda, buraki (40%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cukier, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy], • filet z morszczuka z włoszczyzną gotowany 90g[filet z **morszczuka** (57,8%), marchew (28,9%), **seler** korzeń (11,6%)**,** natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, majeranek], • sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól], • ziemniaki 200g, • surówka jarzynowa 120g [marchew, ziemniaki, **seler** korzeń, ogórek kiszony (ogórki, woda sól, przyprawy), **jajo**, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny), sól], woda*. • woda*. **Podwieczorek:** Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g, pasta z groszku 20g [groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), cebula, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet	• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], masło 10g, • sałatka warzywno owocowa z makaronem 180g[marchew (37,2%), ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,3%), **seler** korzeń, brzoskwinia w syropie (brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy) , majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól,przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), ananas w syropie (ananas plastry, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), natka pietruszki, sól] kawa zbożowa z mlekiem 250ml. l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. • kefir naturalny 200g (mleko, białka mleka, kultury bakterii, drożdże kefirowe), • kawa zbożowa z mlekiem 250ml. l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

	spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny) (79%), pietruszka natka, olej rzepakowy rafinowany 100%, pieprz czarny mielony, sól]	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna:2323 kcal; Białko ogółem: 103,41g; Tłuszcz:83,91 g; Kw. tł. nas.: 29,71g; Węglowodany ogółem:312,91 g; W tym cukry: 63,89g; Błonnik: 47,99g; Sól: 8,59g		
Poniedziałek, 11.05.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
• Kasza jęczmienna na mleku 300ml (**mleko** (78,1%), woda, kasza **jęczmienna** (6,3%), sól, chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15(z **mleka**), • krakowska z kurczaka 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • **jajo** gotowane 1 szt, • pomidor świeży 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml. l[woda, **mleko** (39,5%), • kawa zbożowa inka, kawa zbożowa z mlekiem 250ml l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** biszkopty 30g [mąka **pszenna**, **jaja**, cukier, cukier płynny inwertowany, skrobia ziemniaczana, emulgatory: E471, E475, E477]	• Barszcz ukraiński 300ml, [woda, buraki (40%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, fasola sucha, kapusta świeża, fasola szparagowa mrożona, cebula, groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy], • ryż z jabłkiem 250g**[mleko** 2% (34,4%), jabłka (34,4%), ryż biały, woda, cukier, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier waniliowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii)] i sosem waniliowym 50ml **mleko** 2%, cukier, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera **laktozę**), barwnik: kurkumina), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**), cukier wanilinowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii) (<1%)], • woda*. **Podwieczorek:** Chleb graham 40g, masło 5g, pasta z groszku 20g [groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), cebula, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny) (79%), pietruszka natka, olej rzepakowy rafinowany 100%, pieprz czarny mielony, sól]	• Chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 15g (z **mleka**), • leczo wieprzowe z warzywami 180g [łopatka wieprzowa b/k (25,5%), marchew, karkówka wieprzowa z/k (10,6%), **seler** korzeń, papryka mrożona, fasolka szparagowa mrożona, pieczarka mrożona, cebula, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, pieprz czarny mielony], • kefir naturalny 200g (mleko, białka mleka, kultury bakterii, drożdże kefirowe) , • kawa zbożowa z mlekiem 250ml l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2985kcal; Białko ogółem: 123,76g; Tłuszcz:104,58 g; Kw. tł. nas.: 45,74g; Węglowodany ogółem: 404,57g; W tym cukry: 128,17g; Błonnik: 37,95g; Sól: 6,49g
* woda pitna dostępna na oddziałach

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Wtorek, 12.05.2026 Dieta podstawowa		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól] • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g(z **mleka**) • szynka konserwowa z kurczaka 40g[filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**] • papryka świeża 60g, • sałata masłowa 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Krupnik zabielany 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, kasza **jęczmienna** (6,7%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cebula, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy] • pulpet z morszczuka pieczony 90g[filet z **morszczuka** (69,9%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, natka pietruszki, sól] • sos pomidorowy 50ml[woda, marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier], • ziemniaki 200g • surówka jarzynowa 120g[kapusta biała (78,4%), marchew (13%), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kw. cytrynowy), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, cukier, sól, kwasek cytrynowy] • woda*.	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g(z **mleka**) • ser twarogowy półtłusty 80g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii) • pasta drobiowa 30g[mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy] • ogórek świeży 60g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2046kcal; Białko ogółem: 111,24g; Tłuszcz: 70,83g; Kw. tł. nas.: 30,28g; Węglowodany ogółem: 252,30g; W tym cukry:43,19 g; Błonnik: 26,29g; Sól:4,37g		
Wtorek, 12.05.2026 Dieta łatwostrawna		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól], chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia**	• Zupa solferino 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, brokuł mrożony, kalafior mrożony, korpusy z kurczaka, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 18% (śmietanka (z	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g(z **mleka**)

(1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**) • szynka konserwowa z kurczaka 40g[filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**] • pomidor świeży 60g • sałata masłowa 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	**mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] • makaron gotowany z twarogiem i sosem owocowym 330g[ser twarogowy (z **mleka**) (24,3%) truskawki mrożone (21,2%), makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (18,2 %), śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii) (9%), cukier, sól] • woda*.	• gulasz drobiowy z warzywami 160g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (40,9%), marchew, brokuł mrożony, **seler** korzeń, kalafior mrożony, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, majeranek] • jogurt naturalny 150g (**mleko**, białka mleka, żywe kultury bakterii) • kawa zbożowa z mlekiem 250ml l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1883kcal; Białko ogółem: 96,94g; Tłuszcz:60,97 g; Kw. tł. nas.: 33,85g; Węglowodany ogółem:246,93 g; W tym cukry:63,55 g; Błonnik: 21,63g; Sól:5,01 g		
Wtorek, 12.05.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól] • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g(z **mleka**) • szynka konserwowa z kurczaka 40g[filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**] • pomidor świeży 60g • sałata masłowa 5g • herbata czarna 250ml.	• Zupa solferino 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, brokuł mrożony, kalafior mrożony, korpusy z kurczaka, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] • makaron gotowany z twarogiem i sosoem owocowym 330g[ser twarogowy (z **mleka**) (24,3%) truskawki mrożone (21,2%), makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (18,2 %), śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii) (9%), cukier, sól] • woda* **Podwieczorek:** kisiel owocowy [woda, kisiel owocowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, aromat, sól, suszony koncentrat soku wiśniowego 0,1%, barwnik: kwas karminowy), cukier] z sosem waniliowym **[mleko** 2%, budyń	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g(z **mleka**) • gulasz drobiowy z warzywami 160g[mięso z piersi kurczaka bez skóry (40,9%), marchew, brokuł mrożony, **seler** korzeń, kalafior mrożony, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, majeranek] • jogurt naturalny 150g (**mleko**, białka mleka, żywe kultury bakterii) • herbata czarna 250ml.

II śniadanie: galaretka mleczna 150g**[mleko** 2%, woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)]	śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera laktozę) barwnik: kurkumina)150g.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1889kcal; Białko ogółem: 94,13g; Tłuszcz: 58,85g; Kw. tł. nas.: 32,60g; Węglowodany ogółem: 256,55g; W tym cukry: 69,97g; Błonnik: 20,87g; Sól: 5,05g		
Wtorek, 12.05.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól] • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g(z **mleka**) • szynka konserwowa z kurczaka 40g[filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**] • pomidor świeży 60g • sałata masłowa 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa solferino 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, brokuł mrożony, kalafior mrożony, korpusy z kurczaka, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] • makaron gotowany z twarogiem i sosoem owocowym 330g[ser twarogowy (z **mleka**) (24,3%) truskawki mrożone (21,2%), makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (18,2 %), śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii) (9%), cukier, sól] • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 10g (z **mleka**) • gulasz drobiowy z warzywami 160g[mięso z piersi kurczaka bez skóry (40,9%), marchew, brokuł mrożony, **seler** korzeń, kalafior mrożony, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, majeranek] • jogurt naturalny 150g (**mleko**, białka mleka, żywe kultury bakterii), • kawa zbożowa z mlekiem 250ml l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna:1809 kcal; Białko ogółem:96,86 g; Tłuszcz: 52,71g; Kw. tł. nas.: 28,37g; Węglowodany ogółem: 246,85g; W tym cukry:63,94 g; Błonnik:21,63 g; Sól: 5,01g		
Wtorek, 12.052026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól] • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki]	• Zupa solferino 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, brokuł mrożony, kalafior mrożony, korpusy z kurczaka, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] • makaron gotowany z twarogiem i sosem owocowym 330g[ser	• Chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • masło 10g(z **mleka**) • gulasz drobiowy z warzywami 160g[mięso z piersi kurczaka bez skóry (40,9%), marchew,

• masło 15g(z **mleka**) • szynka konserwowa z kurczaka 40g[filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**] • papryka świeża 60g • sałata masłowa 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	twarogowy (z **mleka**) (24,3%) truskawki mrożone (21,2%), makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (18,2 %), śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii) (9%), cukier, sól] • woda*.	brokuł mrożony, **seler** korzeń, kalafior mrożony, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, majeranek] • jogurt naturalny 150g (**mleko**, białka mleka, żywe kultury bakterii) • kawa zbożowa z mlekiem 250ml l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1986kcal; Białko ogółem: 102,65g; Tłuszcz:63,57 g; Kw. tł. nas.: 28,22g; Węglowodany ogółem: 261,39g; W tym cukry: 64,47g; Błonnik: 23,40g; Sól: 4,22g		
Wtorek, 12.05.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 10g(z **mleka**) • szynka konserwowa z kurczaka 40g[filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**] • papryka świeża 60g • sałata masłowa 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka	• Zupa solferino 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, brokuł mrożony, kalafior mrożony, korpusy z kurczaka, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] • makaron gotowany z twarogiem i sosem owocowym 330g[ser twarogowy (z **mleka**) (24,3%) truskawki mrożone (21,2%), makaron brązowy (mąka **pszenna** makaronowa) (18,2 %), śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii) (9%), cukier, sól], • woda* **Podwieczorek:** Chleb graham 4g, surówka z selera 120g [**seler** korzeń (85,9%), śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**), cukier, natka pietruszki, cukier, sól]0g, masło 5g,	• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 10g(z **mleka**) • gulasz drobiowy z warzywami 160g[mięso z piersi kurczaka bez skóry (40,9%), marchew, brokuł mrożony, **seler** korzeń, kalafior mrożony, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, majeranek] • jogurt naturalny 150g (**mleko**, białka mleka, żywe kultury bakterii) • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

(1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g, sałatka z fasolki szparagowej 120g[fasolka szparagowa (67,6%), marchew, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól).		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177kcal; Białko ogółem: 100,42g; Tłuszcz: 70,80g; Kw. tł. nas.: 32,01g; Węglowodany ogółem: 303,07g; W tym cukry: 56,15g; Błonnik:41,89 g; Sól:7,04 g		
Wtorek, 12.05.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól] • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g(z **mleka**) • szynka konserwowa z kurczaka 40g[filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**] • papryka świeża 60g • sałata masłowa 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** galaretka mleczna 150g**[mleko** 2%, woda, galaretka	• Krupnik zabielany 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, kasza **jęczmienna** (6,7%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cebula, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy] • pulpet z morszczuka pieczony 90g[filet z **morszczuka** (69,9%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, natka pietruszki, sól] • sos pomidorowy 50ml[woda, marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier] • ziemniaki 200g • surówka jarzynowa 120g[kapusta biała (78,4%), marchew (13%), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kw. cytrynowy), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, cukier, sól, kwasek cytrynowy] • woda*. **Podwieczorek:** kisiel owocowy [woda, kisiel owocowy (skrobia ziemniaczana, skrobia	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g(z **mleka**) • ser twarogowy półtłusty 80g, (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii) • pasta drobiowa 30g[mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy] • ogórek świeży 60g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml l[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. • ryż na mleku 250g [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól].

pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)]	kukurydziana, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, aromat, sól, suszony koncentrat soku wiśniowego 0,1%, barwnik: kwas karminowy), cukier] z sosem waniliowym **[mleko** 2%, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera laktozę) barwnik: kurkumina)150g.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2407kcal; Białko ogółem:125,52 g; Tłuszcz: 77,94g; Kw. tł. nas.: 34,44g; Węglowodany ogółem: 312,48g; W tym cukry: 78,72g; Błonnik: 27,03g; Sól: 4,79g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Środa, 13.05.2026 Dieta podstawowa		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól] • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**) • pasta z jaja 60g **[jajo** kurze (75%), marchew, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól] • rukola 5g • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych] • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]	• Zupa selerowa 300ml [woda, **seler** korzeń (47,7%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] • bigos z kapusty mieszanej 150g [kapusta biała (34,2%), kapusta kiszona (31,6%) (kapusta biała, marchew 5%, sól), łopatka wieprzowa b/k, kiełbasa litewska (mięso wieprzowe (83%), woda, białko **sojowe**, stabilizator: trifosforany, glukoza, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, skrobia ziemniaczana, sól, przyprawy zawierające **gorczycę**, wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, ekstrakty roślinne, substancja konserwująca: azotyn sodu, osłonka: jelita wieprzowe), marchew, cebula, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, majeranek, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy, sól] • ziemniaki 200g • jabłko świeże 200g • woda*	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g(z **mleka**) • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**] • ser żółty 20g [**mleko**, sól, stabilizator – chlorek wapnia, kultury bakterii] • pomidor 60g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%)

		(zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)] .
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2298kcal; Białko ogółem: 96,63g; Tłuszcz: 101,28g; Kw. tł. nas.: 39,15g; Węglowodany ogółem: 2,67,50g; W tym cukry:71,82 g; Błonnik: 36,25g; Sól: 6,4g		
Środa, 13.05.2026 Dieta łatwostrawna		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól] • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**] • masło 15g (z **mleka**), • pomidor 60g • roszponka 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Krupnik 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, kasza **jęczmienna** (6,7%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cebula, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy] • pieczeń drobiowa z warzywami gotowana 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (58,8%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,5%), **seler** korzeń (6,5%), natka pietruszki, sól] • sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól], ziemniaki 200g • buraki puree 120g [buraki (93,2%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól, kwasek cytrynowy] • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**) • **jajo** gotowane 1 szt. • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy] • sałata 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1884kcal; Białko ogółem: 97,15g; Tłuszcz: 63,15g; Kw. tł. nas.: 32,23g; Węglowodany ogółem: 243,77g; W tym cukry: 53,87g; Błonnik: 26,39g; Sól: 6,17g		
Środa, 13.05.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól] • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z	• Krupnik 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, kasza **jęczmienna** (6,7%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cebula, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy] • pieczeń drobiowa z	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g(z **mleka**) • **jajo** gotowane 1 szt. • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe,

kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**] • masło 15g (z **mleka**) • pomidor 60g • roszponka 5g • herbata czarna 250ml **II śniadanie:** jabłko pieczone 200g	warzywami gotowana 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (58,8%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,5%), **seler** korzeń (6,5%), natka pietruszki, sól] • sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól] • ziemniaki 200g • buraki puree 120g [buraki (93,2%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól, kwasek cytrynowy] • woda*. **Podwieczorek:** kaszka kukurydziana z musem owocowym 150g **mleko** 2%, kaszka kukurydziana (15,4%), dżem truskawkowy (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancja zagęszczająca: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy) (5,1%), cukier, sól]	marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy] • sałata 5g • herbata czarna 250ml
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna:2077 kcal; Białko ogółem: 98,71g; Tłuszcz: 63,24g; Kw. tł. nas.: 31,72g; Węglowodany ogółem: 292,40g; W tym cukry: 79,21g; Błonnik: 30,69g; Sól: 6,25g		
Środa, 13.05.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól], chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i	• Krupnik 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, kasza **jęczmienna** (6,7%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cebula, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy] • pieczeń drobiowa z warzywami gotowana 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (58,8%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,5%), **seler** korzeń (6,5%), natka pietruszki, sól] • sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól] • ziemniaki 200g • buraki puree 120g [buraki (93,2%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól, kwasek cytrynowy] • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 10g (z **mleka**) • **jajo** faszerowane 1 szt. • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy] • sałata 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

siarczynów] • masło 15g (z **mleka**) • pomidor 60g • roszponka 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1810kcal; Białko ogółem: 97,07g; Tłuszcz:54,89 g; Kw. tł. nas.: 26,75g; Węglowodany ogółem:243,69 g; W tym cukry:53,81 g; Błonnik: 26,39g; Sól:6,14g		
Środa, 13.05.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • masło 10g, (z **mleka**) • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**] • pomidor 60g • rukola 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Krupnik 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, kasza **jęczmienna** (6,7%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cebula, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy] • pieczeń drobiowa z warzywami duszona 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (58,8%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,5%), **seler** korzeń (6,5%), natka pietruszki, sól] • sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól] • ziemniaki 200g • sałatka z buraka 120g [buraki (84,6%), jabłko, olej rzepakowy rafinowany 100%, cukier, sól, kwasek cytrynowy] • woda*	• Chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • masło 10g (z **mleka**) • **jajo** gotowane 1 szt. • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy] • ogórek świeży 60g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1993kcal; Białko ogółem: 103,29g; Tłuszcz: 66,64g; Kw. tł. nas.: 24,19g; Węglowodany ogółem:257,80 g; W tym cukry: 54,08 g; Błonnik28,27: g; Sól: 5,41g		
Środa, 13.05.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%),	• Krupnik 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko**	• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%),

woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 10g(z **mleka**), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 50g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**] • pomidor 60g • rukola 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)] **II śniadanie:** Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g, sałatka brokułowa 120g brokuł mrożony (48,5%), pomidor, jogurt naturalny (**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól,przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), natka pietruszki, sól]	2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, kasza **jęczmienna** (6,7%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cebula, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy] • pieczeń drobiowa z warzywami duszona 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (58,8%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,5%), **seler** korzeń (6,5%), natka pietruszki, sól] • sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól] • ziemniaki 200g • sałatka z buraka 120g [buraki (84,6%), jabłko, olej rzepakowy rafinowany 100%, cukier, sól, kwasek cytrynowy] • woda*. **Podwieczorek:** Chleb graham 40g, masło 5g, surówka z marchwi 120g marchew (77,7%), jabłko, śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), natka pietruszki, cukier, kwasek cytrynowy, sól]	woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 10g (z **mleka**) • **jajo** gotowane 1 szt. • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy] • ogórek świeży 60g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2234kcal; Białko ogółem: 106,32g; Tłuszcz: 75,60g; Kw. tł. nas.: 30,16g; Węglowodany ogółem: 301,46g; W tym cukry:56,43 g; Błonnik: 43,13g; Sól: 8,41g		
Środa, 13.05.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		

• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól] • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**) • pasta z jaja 60g **[jajo** kurze (75%), marchew, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól] • rukola 5g • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych] • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g, sałatka brokułowa 120g brokuł mrożony (48,5%), pomidor, jogurt naturalny (**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól,przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), natka pietruszki, sól]	• Zupa selerowa 300ml [woda, **seler** korzeń (47,7%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] • bigos z kapusty mieszanej 150g [kapusta biała (34,2%), kapusta kiszona (31,6%) (kapusta biała, marchew 5%, sól), łopatka wieprzowa b/k, kiełbasa litewska (mięso wieprzowe (83%), woda, białko **sojowe**, stabilizator: trifosforany, glukoza, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, skrobia ziemniaczana, sól, przyprawy zawierające **gorczycę**, wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, ekstrakty roślinne, substancja konserwująca: azotyn sodu, osłonka: jelita wieprzowe), marchew, cebula, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, majeranek, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy, sól] • ziemniaki 200g • jabłko świeże 200g • woda*. **Podwieczorek:** kaszka kukurydziana z musem owocowym 150g **mleko** 2%, kaszka kukurydziana (15,4%), dżem truskawkowy (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancja zagęszczająca: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy) (5,1%), cukier, sól]	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g(z **mleka**) • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**] • ser żółty 20g [**mleko**, sól, stabilizator – chlorek wapnia, kultury bakterii] • pomidor 60g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml, [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)] • kasza jaglana na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza jaglana (6,2%) sól]
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2979kcal; Białko ogółem: 125,87g; Tłuszcz: 122,87g; Kw. tł. nas.: 48,76g; Węglowodany ogółem:262,44 g; W tym cukry: 103,01g; Błonnik: 43,10g; Sól: 8,41g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Czwartek, 14.05.2026 Dieta podstawowa		
• Zacierka na mleku 300ml **mleko** (72,7%), woda, mąka **pszenna** (8,7%), **jaja** kurze (4,1%), sól] • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**) • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii] • ogórek świeży 60g • dżem owocowy 25g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy] • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]	• Zupa ogórkowa 300ml woda, ziemniaki, marchew, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy) (20%), **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] • pulpet wieprzowo-drobiowy pieczony 100g [łopatka wieprzowa b/k (38,7%), karkówka wieprzowa z/k (16,1%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (12,9%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, cebula, natka pietruszki, sól, majeranek, pieprz czarny mielony] • sos ziołowy 50ml woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, oregano suszone, bazylia suszone, majeranek suszony, sól] • kasza jęczmienna 200g [kasza **jęczmienna (91%)**, olej rzepakowy rafinowany 100%, sól] • surówka z marchwi 120g [marchew (77,7%), jabłko, śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), natka pietruszki, cukier, kwasek cytrynowy, sól] • woda*.	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**) • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**] • papryka świeża 60g • sałata 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2142kcal; Białko ogółem: 105,33g; Tłuszcz: 78,11g; Kw. tł. nas.: 33,25g; Węglowodany ogółem: 267,02g; W tym cukry: 59,02g; Błonnik: 28,89g; Sól: 5,58g		
Czwartek, 14.05.2026 Dieta łatwostrawna		
• Zacierka na mleku 300ml **mleko** (72,7%), woda, mąka **pszenna** (8,7%), **jaja** kurze (4,1%), sól], chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki]	• Zupa selerowa 300ml [woda, **seler** korzeń (47,7%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy]	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**) • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii]

• masło 15g (z **mleka**) • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**] • pomidor 60g • sałata 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]	• risotto drobiowe z warzywami gotowane 300g mięso z piersi kurczaka bez skóry (32,1%), ryż biały (21,4%), marchew, brokuł mrożony, kalafior mrożony, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, masło 82% tł. (z **mleka**), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól] • jabłko pieczone 200g • woda*.	• dżem owocowy 25g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy] • roszponka 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1923kcal; Białko ogółem: 95,53g; Tłuszcz: 58,34g; Kw. tł. nas.:30,14 g; Węglowodany ogółem: 267,63g; W tym cukry: 71,24g; Błonnik: 28,42g; Sól: 6,02g		
Czwartek, 14.05.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• Zacierka na mleku 300ml **mleko** (72,7%), woda, mąka **pszenna** (8,7%), **jaja** kurze (4,1%), sól] • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**) • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**] • pomidor 60g • sałata 5g • herbata czarna 250ml.	• Zupa selerowa 300ml [woda, **seler** korzeń (47,7%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] • risotto drobiowe z warzywami gotowane 300g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (32,1%), ryż biały (21,4%), marchew, brokuł mrożony, kalafior mrożony, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, masło 82% tł. (z **mleka**), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól] • jabłko pieczone 200g • woda*. **Podwieczorek:** biszkopty 30g mąka **pszenna**, **jaja**, cukier, cukier płynny inwertowany, skrobia ziemniaczana, emulgatory: E471, E475, E477]	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**) • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii] • dżem owocowy 25g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca-pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy] • roszponka 5g • herbata czarna 250ml.

II śniadanie: kaszka manna z musem owocowym 150g **[mleko** 2%, kasza manna **pszenna** (15,4%), dżem truskawkowy (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancja zagęszczająca: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy) (5,1%), cukier, sól]		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129kcal; Białko ogółem: 100,01g; Tłuszcz: 59,07g; Kw. tł. nas.: 29,60g; Węglowodany ogółem:314,17 g; W tym cukry: 77,21g; Błonnik:28,87 g; Sól: 7,06g		
Czwartek, 14.05.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Zacierka na mleku 300ml **mleko** (72,7%), woda, mąka **pszenna** (8,7%), **jaja** kurze (4,1%), sól], chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 10g (z **mleka**) • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**] • pomidor 60g • sałata 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa selerowa 300ml [woda, **seler** korzeń (47,7%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] • risotto drobiowe z warzywami gotowane 300g mięso z piersi kurczaka bez skóry (32,1%), ryż biały (21,4%), marchew, brokuł mrożony, kalafior mrożony, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, masło 82% tł. (z **mleka**), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól] • jabłko pieczone 200g • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 10g (z **mleka**) • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii] • dżem owocowy 25g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy] • roszponka 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1849kcal; Białko ogółem: 95,45g; Tłuszcz:50,08 g; Kw. tł. nas.:24,66 g; Węglowodany ogółem: 267,55g; W tym cukry: 71,18g; Błonnik: 28,42g; Sól: 6,02g		
Czwartek, 14.05.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Zacierka na mleku 300ml **mleko** (72,7%), woda, mąka **pszenna** (8,7%), **jaja** kurze (4,1%), sól] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%),	• Zupa selerowa 300ml [woda, **seler** korzeń (47,7%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] • risotto drobiowe z warzywami gotowane 300g mięso z piersi kurczaka bez skóry (32,1%),	• Chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • masło 10g (z **mleka**)

sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**) • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**] • papryka świeża 60g • roszponka 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]	ryż biały (21,4%), marchew, brokuł mrożony, kalafior mrożony, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, masło 82% tł. (z **mleka**), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól] • jabłko świeże 200g • woda*.	• twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii] • wędlina drobiowa – szynka konserwowa 20g [filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**] • ogórek kiszony 60g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna:1999 kcal; Białko ogółem: 102,94g; Tłuszcz:61,93g; Kw. tł. nas.: 25,15g; Węglowodany ogółem:274,21g; W tym cukry: 63,55g; Błonnik: 35,20g; Sól: 5,25g		
Czwartek, 14.05.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 10g (z **mleka**) • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka**	• Zupa selerowa 300ml [woda, **seler** korzeń (47,7%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] • risotto drobiowe z warzywami gotowane 300g mięso z piersi kurczaka bez skóry (32,1%), ryż biały (21,4%), marchew, brokuł mrożony, kalafior mrożony, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, masło 82% tł. (z **mleka**), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól] • jabłko świeże 200g • woda*. **Podwieczorek:** Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), mix sałat z warzywami, nasionami	• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 10g (z **mleka**) • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii] • wędlina drobiowa – szynka konserwowa 20g [filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu,

łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**] • papryka świeża 60g • roszponka 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)] **II śniadanie:** Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), sałatka z brukselki 120g brukselka mrożona (67%), marchew, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), kukurydza konserwowa, sól]	słonecznika, pestkami dyni i sosem winegret 120g [sałata lodowa (30,6%), papryka konserwowa (papryka, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól, olej rzepakowy, liść laurowy, **gorczyca**, ziele angielskie), ogórek konserwowy (ogórki, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól, koper, **gorczyca**, liść laurowy, czosnek, ziele angielskie), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), olej rzepakowy rafinowany 100%, nasiona dyni, nasiona słonecznika, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, cukier, sól, przyprawy naturalne), lubczyk, bazylia]	substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**] • ogórek kiszony 60g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2229kcal; Białko ogółem: 109,46g; Tłuszcz: 32,83g; Kw. tł. nas.: 27,53g; Węglowodany ogółem: 306,33g; W tym cukry:57 g; Błonnik:47,03 g; Sól: 8,23g		
Czwartek, 14.05.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
• Zacierka na mleku 300ml **mleko** (72,7%), woda, mąka **pszenna** (8,7%), **jaja** kurze (4,1%), sól] • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka)** • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii] • ogórek świeży 60g • dżem owocowy 25g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy] • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień,**	• Zupa ogórkowa 300ml woda, ziemniaki, marchew, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy) (20%), **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] • pulpet wieprzowo-drobiowy pieczony 100g [łopatka wieprzowa b/k (38,7%), karkówka wieprzowa z/k (16,1%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (12,9%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, cebula, natka pietruszki, sól, majeranek, pieprz czarny mielony] • sos ziołowy 50ml woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, oregano suszone, bazylia suszone, majeranek suszony, sól] • kasza jęczmienna 200g woda, kasza **jęczmienna (91%)**, olej	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i

żyto), cykoria)] **II śniadanie:** kaszka manna z musem owocowym 150g **[mleko** 2%, kasza manna **pszenna** (15,4%), dżem truskawkowy (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancja zagęszczająca: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy) (5,1%), cukier, sól]	rzepakowy rafinowany 100%, sól] • surówka z marchwi 120g [marchew (77,7%), jabłko, śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), natka pietruszki, cukier, kwasek cytrynowy, sól] • woda*. **Podwieczorek:** biszkopty 30g mąka **pszenna**, **jaja**, cukier, cukier płynny inwertowany, skrobia ziemniaczana, emulgatory: E471, E475, E477]	**siarczynów**] • papryka świeża 60g • sałata 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)] • płatki owsiane na mleku 300ml **mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna:2694 kcal; Białko ogółem:127,87 g; Tłuszcz:89,66 g; Kw. tł. nas.: 38,38g; Węglowodany ogółem: 357,68g; W tym cukry: 87,27g; Błonnik: 31,85g; Sól:7,00 g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Piątek, 15.05.2026 Dieta podstawowa		
• Makaron na mleku 300ml **mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól] • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**) • ser żółty 40g [**mleko**, sól, stabilizator – chlorek wapnia, kultury bakterii] • pomidor 60g • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa jarzynowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, kapusta świeża, kalafior mrożony, fasolka szparagowa mrożona, groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy] • pieczona rolada ziemniaczana z nadzieniem twarogowym 250g [ziemniaki (57,8 %), ser twarogowy półtłusty (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii) (17,6 %), mąka **pszenna**, **jajo** kurze, cukier, bułka tarta (mąka **pszenna** (zawiera **gluten**), woda, sól, drożdże), mąka ziemniaczana, masło 82 % tłuszczu (z **mleka**), budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera **laktozę**), barwnik: kurkumina), cukier wanilinowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii), sól] • sos owocowy 50ml [owoce mrożone (60%), śmietana zakwaszana 12% (z **mleka**), cukier] • woda*.	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**) • paprykarz z morszczuka z warzywami 180g filet z **morszczuka** (35,1%), marchew, **seler** korzeń, ryż biały (8,8%), papryka mrożona, fasolka szparagowa mrożona, cebula, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól] • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe] • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna:2699 kcal; Białko ogółem: 120,21g; Tłuszcz: 96,67g; Kw. tł. nas.: 41,54g; Węglowodany ogółem:360,71g; W tym cukry:129,27 g; Błonnik: 29,71g; Sól: 4,06g		
Piątek, 15.05.2026 Dieta łatwostrawna		
• Makaron na mleku 300ml **mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól] • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**) • pasta z jaja 60g [**jajo** kurze (75%), marchew, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól] • pomidor 60g • sałata 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]	• Marchwianka z kalafiorem 300ml [woda, marchew (40%), ziemniaki, **mleko** 2%, **seler** korzeń, kalafior mrożony (10%), korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] • pulpet z morszczuka z ryżem gotowany 100g [filet z **morszczuka** (67,7%), **jaja** kurze, ryż biały (7,5%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), natka pietruszki, sól] • sos ziołowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, oregano suszone, bazylia suszone, majeranek suszony, sól] • ziemniaki 200g • seler ze szpinakiem 120g [marchew (89,8%), szpinak mrożony, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól] • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka** • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), sałatka jarzynowa 180g [marchew, ziemniaki, **seler** korzeń, brokuły mrożone, **jajo**, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), sól], kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe], kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2015kcal; Białko ogółem: 89,73g; Tłuszcz:72,10 g; Kw. tł. nas.: 35,02g; Węglowodany ogółem: 269,92g; W tym cukry: 58,06g; Błonnik: 35,81g; Sól: 6,87g		
Piątek, 15.05.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• Makaron na mleku 300ml **mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól] • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**) • pasta z jaja 60g [**jajo** kurze (75%), marchew, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas	• Marchwianka z kalafiorem 300ml [woda, marchew (40%), ziemniaki, **mleko** 2%, **seler** korzeń, kalafior mrożony (10%), korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] • pulpet z morszczuka z ryżem gotowany 100g [filet z **morszczuka** (67,7%), **jaja** kurze, ryż biały (7,5%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), natka	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**) • sałatka jarzynowa 180g [marchew, ziemniaki, **seler** korzeń, brokuły mrożone, **jajo**, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza

cytrynowy), pietruszka natka, sól] • pomidor 60g • sałata 5g • herbata czarna 250ml **II śniadanie:** galaretka owocowa 150g [woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)]	pietruszki, sól] • sos ziołowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, oregano suszone, bazylia suszone, majeranek suszony, sól] • ziemniaki 200g • seler ze szpinakiem 120g [marchew (89,8%), szpinak mrożony, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], woda*. **Podwieczorek:** serek homogenizowany waniliowy 150g **(mleko, śmietanka,** cukier, aromat waniliowy,, kultury bakterii mlekowych).	konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), sól] • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych] • herbata czarna 250ml
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2078kcal; Białko ogółem:94,23 g; Tłuszcz: 74,58g; Kw. tł. nas.: 37g; Węglowodany ogółem:276,28g; W tym cukry: 65,86g; Błonnik: 35,03g; Sól: 6,97g		
Piątek, 15.05.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Makaron na mleku 300ml **mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól], chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 10g (z **mleka**) • pasta z jaja 60g [**jajo** kurze (75%), marchew, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól] • pomidor 60g • sałata 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Marchwianka z kalafiorem 300ml [woda, marchew (40%), ziemniaki, **mleko** 2%, **seler** korzeń, kalafior mrożony (10%), korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] • pulpet z morszczuka z ryżem gotowany 100g [filet z **morszczuka** (67,7%), **jaja** kurze, ryż biały (7,5%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), natka pietruszki, sól] • sos ziołowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, oregano suszone, bazylia suszone, majeranek suszony, sól] • ziemniaki 200g • seler ze szpinakiem 120g [marchew (89,8%), szpinak mrożony, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 10g (z **mleka**) • sałatka jarzynowa 180g [marchew, ziemniaki, **seler** korzeń, brokuły mrożone, **jajo**, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), sól] • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe] • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1941kcal; Białko ogółem: 89,65g; Tłuszcz: 63,84g; Kw. tł. nas.: 29,54g; Węglowodany ogółem: 269,84g; W tym cukry: 58g; Błonnik: 35,81g; Sól:6,87 g		
Piątek, 15.05.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Makaron na mleku 300ml **mleko** (75,8%), woda,	• Marchwianka z kalafiorem 300ml [woda, marchew	• Chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**,

makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • masło 10g • pasta z jaja 60g [**jajo** kurze (75%), marchew, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól] • ogórek świeży 60g, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	(40%), ziemniaki, **mleko** 2%, **seler** korzeń, kalafior mrożony (10%), korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] • pulpet z morszczuka z ryżem duszony 100g [filet z **morszczuka** (67,7%), **jaja** kurze, ryż biały (7,5%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), natka pietruszki, sól] • sos ziołowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, oregano suszone, bazylia suszone, majeranek suszony, sól] • ziemniaki 200g • surówka jarzynowa 120g [kapusta biała (78,4%), marchew (13%), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kw. cytrynowy), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, cukier, sól, kwasek cytrynowy] • woda*.	sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • masło 10g (z **mleka**) • sałatka jarzynowa 180g [marchew, ziemniaki, **seler** korzeń, brokuły mrożone, **jajo**, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), sól] • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe] • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%),kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2142kcal; Białko ogółem: 95,10g; Tłuszcz: 76,93g; Kw. tł. nas.: 27,38g; Węglowodany ogółem:282,92 g; W tym cukry: 61,05g; Błonnik: 33,32g; Sól5,89: g		
Piątek, 15.05.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 10g • pasta z jaja 60g [**jajo** kurze (75%), marchew, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda,	• Marchwianka z kalafiorem 300ml [woda, marchew (40%), ziemniaki, **mleko** 2%, **seler** korzeń, kalafior mrożony (10%), korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] • pulpet z morszczuka z ryżem duszony 100g [filet z **morszczuka** (67,7%), **jaja** kurze, ryż biały (7,5%), chleb pszenny (mąka **pszenna**	• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 10g (z **mleka**) • sałatka jarzynowa 180g [marchew, ziemniaki, **seler** korzeń, brokuły mrożone, **jajo**, majonez (olej rzepakowy,

gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól] • ogórek świeży 60g, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** Chleb graham 40g, masło 5g, pomidor z cebulą 120g [pomidor (89%), cebula (8%), olej rzepakowy rafinowany 100%]	(77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), natka pietruszki, sól] • sos ziołowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, oregano suszone, bazylia suszone, majeranek suszony, sól] • ziemniaki 200g • surówka jarzynowa 120g [kapusta biała (78,4%), marchew (13%), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kw. cytrynowy), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, cukier, sól, kwasek cytrynowy] • woda*. **Podwieczorek:** chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], papryka świeża 30g	żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), sól] • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe] • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2357kcal; Białko ogółem: 99,74g; Tłuszcz: 88,70g; Kw. tł. nas.: 31,75g; Węglowodany ogółem: 312,30g; W tym cukry: 54,83g; Błonnik:46,43 g; Sól:7,56 g		
Piątek, 15.05.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
• Makaron na mleku 300ml **mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól] • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**) • ser żółty 40g [**mleko**, sól, stabilizator – chlorek wapnia, kultury bakterii] • pomidor 60g	• Zupa jarzynowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, kapusta świeża, kalafior mrożony, fasolka szparagowa mrożona, groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy] • pieczona rolada ziemniaczana z nadzieniem twarogowym 250g [ziemniaki (57,8 %), ser twarogowy półtłusty (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii) (17,6 %), mąka **pszenna**, **jajo** kurze, cukier, bułka tarta (mąka **pszenna** (zawiera **gluten**), woda, sól, drożdże), mąka	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**) • paprykarz z morszczuka z warzywami 180g filet z **morszczuka** (35,1%), marchew, **seler** korzeń, ryż biały (8,8%), papryka mrożona, fasolka szparagowa mrożona, cebula, koncentrat

• roszponka 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** galaretka owocowa 150g [woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)]	ziemniaczana, masło 82 % tłuszczu (z **mleka**), budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera **laktozę**), barwnik: kurkumina), cukier wanilinowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii), sól] • sos owocowy 50ml [owoce mrożone (60%), śmietana zakwaszana 12% (z **mleka**), cukier], woda*. **Podwieczorek:** chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], papryka świeża 30g	pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól] • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe] • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)], • kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól]. .
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 30,81kcal; Białko ogółem: 141,53g; Tłuszcz:102,46 g; Kw. tł. nas.:47,58 g; Węglowodany ogółem: 412,93g; W tym cukry: 95,09g; Błonnik: 33,90g; Sól: 4,87g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie **II śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja**
Sobota, 16.05.2026 Dieta podstawowa		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól] • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**) • wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g [filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**),	• Zupa szpinakowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, szpinak mrożony (16,7%), **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] • budyń wieprzowo-drobiowy pieczony 100g [łopatka wieprzowa b/k (38,7%), karkówka wieprzowa z/k (16,1%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (12,9%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze,	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**) • twaróg 80g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii) • ogórek świeży 60g • rukola 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]

aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**] • pasta z groszku 30g [groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), cebula, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny) (79%), pietruszka natka, olej rzepakowy rafinowany 100%, pieprz czarny mielony, sól] • papryka świeża 60g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]	cebula, natka pietruszki, sól], • sos paprykowy 50ml [woda, papryka mrożona (18%), marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, papryka słodka mielona, sól] • kasza jęczmienna 200g [woda, kasza **jęczmienna (91%)**, olej rzepakowy rafinowany 100%, sól] • sałatka z buraka 120g [buraki (84,6%), jabłko, olej rzepakowy rafinowany 100%, cukier, sól, kwasek cytrynowy] • woda*.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2412kcal; Białko ogółem: 116,02g; Tłuszcz: 92,6g; Kw. tł. nas.: 36,6g; Węglowodany ogółem: 292,88g; W tym cukry: 70,33g; Błonnik: 31,19g; Sól: 5,96g		
Sobota, 16.05.2026 Dieta łatwostrawna		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól] • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka)** • twaróg 80g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii) • pomidor 60g • roszponka 5g • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa szpinakowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, szpinak mrożony (16,7%), **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] • rolada drobiowa z włoszczyzną gotowana 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (58,8%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,5%), **seler** korzeń (6,5%), natka pietruszki, sól] • sos śmietanowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen,	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**) • wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g [filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**] • sałata 5g

	emulgator: E471) (7%), **mleko** 2%, pietruszka natka, mąka **pszenna**, sól] • ziemniaki 200g • buraczki puree 120g [buraki (93,2%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól, kwasek cytrynowy] • woda*.	• jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych] • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1894kcal; Białko ogółem: 101,09g; Tłuszcz: 64,88g; Kw. tł. nas.: 33,06g; Węglowodany ogółem: 237,73g; W tym cukry: 56,45g; Błonnik: 23,37g; Sól: 5,56g		
Sobota, 16.05.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól] • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka)** • twaróg 80g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii) • pomidor 60g • roszponka 5g • herbata czarna 250ml. **II śniadanie:** ryż mleczny z cynamonem 150g [**mleko** 2%, ryż biały (26,7%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, cynamon (0,7%)]	• Zupa szpinakowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, szpinak mrożony (16,7%), **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy] • rolada drobiowa z włoszczyzną gotowana 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (58,8%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,5%), **seler** korzeń (6,5%), natka pietruszki, sól], • sos śmietanowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471) (7%), **mleko** 2%, pietruszka natka, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • buraczki puree 120g [buraki (93,2%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*. **Podwieczorek:** kisiel z jabłek [woda, jabłko (31,9%), cukier, skrobia ziemniaczana, kisiel owocowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, aromat, sól, suszony koncentrat soku wiśniowego 0,1%, barwnik: kwas karminowy), kwasek cytrynowy] z sosem waniliowym **[mleko** 2%, cukier, budyń śmietankowy (skrobia	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g [filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**], • sałata 5g, • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • herbata czarna 250ml.

	ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera **laktozę**), barwnik: kurkumina), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**), cukier wanilinowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii) (<1%)] 150g	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079kcal; Białko ogółem: 101,25g; Tłuszcz: 65,94g; Kw. tł. nas.: 33,75g; Węglowodany ogółem: 282,73g; W tym cukry: 68,96g; Błonnik: 24,10g; Sól: 5,62g		
Sobota, 16.05.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g, (z **mleka**), • twaróg 80g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • pomidor 60g, • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]	• Zupa szpinakowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, szpinak mrożony (16,7%), **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • rolada drobiowa z włoszczyzną gotowana 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (58,8%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,5%), **seler** korzeń (6,5%), natka pietruszki, sól], • sos śmietanowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471) (7%), **mleko** 2%, pietruszka natka, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • buraczki puree 120g [buraki (93,2%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g [filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**], • sałata 5g, • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1821kcal; Białko ogółem: 101,01g; Tłuszcz: 56,63g; Kw. tł. nas.: 27,58g; Węglowodany ogółem: 237,66g; W tym cukry: 56,39g; Błonnik: 23,37g; Sól: 5,55g		
Sobota, 16.05.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól] • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka	• Zupa szpinakowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, szpinak mrożony (16,7%), **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**),	• Chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka

żytnia, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • twaróg 80g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • pomidor 60g, • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • rolada drobiowa z włoszczyzną gotowana 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (58,8%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,5%), **seler** korzeń (6,5%), natka pietruszki, sól], • sos śmietanowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471) (7%), **mleko** 2%, pietruszka natka, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • sałatka z buraka 120g [buraki (84,6%), jabłko, olej rzepakowy rafinowany 100%, cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*.	**pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g [filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**], • papryka świeża 60g, • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2034kcal; Białko ogółem: 107,97g; Tłuszcz: 67,76g; Kw. tł. nas.: 27,06g; Węglowodany ogółem: 259,97g; W tym cukry: 64,2g; Błonnik: 26,62g; Sól: 4,81g		
Sobota, 16.05.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • twaróg 80g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • pomidor 60g, • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa szpinakowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, szpinak mrożony (16,7%), **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • rolada drobiowa z włoszczyzną gotowana 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (58,8%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,5%), **seler** korzeń (6,5%), natka pietruszki, sól], • sos śmietanowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen,	• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g [filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy,

II śniadanie: Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), sałatka brokułowa 120g [brokuł mrożony (56,3%), marchew, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), kukurydza konserwowa, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), natka pietruszki, sól]	emulgator: E471) (7%), **mleko** 2%, pietruszka natka, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • sałatka z buraka 120g [buraki (84,6%), jabłko, olej rzepakowy rafinowany 100%, cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*. **Podwieczorek:** Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), surówka z selera 120g [**seler** korzeń (85,9%), śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**), cukier, natka pietruszki, cukier, sól]	przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**], • papryka świeża 60g, • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2274kcal; Białko ogółem: 112,17g; Tłuszcz: 75,56g; Kw. tł. nas.: 33,11g; Węglowodany ogółem: 306,71g; W tym cukry: 62,61g; Błonnik: 45,46g; Sól: 7,67g		
Sobota, 16.05.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól] • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g [filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw (zawierają **seler**), aromaty, białko **sojowe**, białko wieprzowe, glukoza, stabilizatory: karagen, trifosforany, octany sodu, cytryniany sodu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**,	• Zupa szpinakowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, szpinak mrożony (16,7%), **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • budyń wieprzowo-drobiowy pieczony 100g [łopatka wieprzowa b/k (38,7%), karkówka wieprzowa z/k (16,1%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (12,9%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, cebula, natka pietruszki, sól], • sos paprykowy 50ml [woda, papryka mrożona (18%), marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, papryka słodka mielona, sól], • kasza jęczmienna 200g [woda, kasza **jęczmienna (91%)**, olej rzepakowy rafinowany 100%, sól], • sałatka z buraka 120g [buraki (84,6%), jabłko, olej rzepakowy rafinowany 100%,	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • twaróg 80g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • ogórek świeży 60g, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)], • kasza jaglana na mleku 300ml **mleko** (78,1%), woda, kasza jaglana (6,2%) sól].

gorczycę], • pasta z groszku 30g [groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), cebula, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny) (79%), pietruszka natka, olej rzepakowy rafinowany 100%, pieprz czarny mielony, sól], • papryka świeża 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** ryż mleczny z cynamonem 150g [**mleko** 2%, ryż biały (26,7%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, cynamon (0,7%)]	cukier, sól, kwasek cytrynowy], woda*. **Podwieczorek:** kisiel z jabłek [woda, jabłko (31,9%), cukier, skrobia ziemniaczana, kisiel owocowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, aromat, sól, suszony koncentrat soku wiśniowego 0,1%, barwnik: kwas karminowy), kwasek cytrynowy] z sosem waniliowym **[mleko** 2%, cukier, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera **laktozę**), barwnik: kurkumina), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**), cukier wanilinowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii) (<1%)] 150g	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2935kcal; Białko ogółem: 133,89g; Tłuszcz: 103,4g; Kw. tł. nas.: 42,8g; Węglowodany ogółem: 382,56g; W tym cukry: 104,92g; Błonnik: 33,5g; Sól: 6,41g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie **II śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja**
Niedziela, 17.05.2026 Dieta podstawowa		
• Makaron na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól], chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz	• Zupa grysikowa 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, kasza manna **pszenna** (8,3%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • udziec z kurczaka pieczony 110g [udziec z kurczaka (97,8%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, pieprz czarny mielony, papryka słodka mielona], • sos własny 50ml [woda, marchew (14%), **seler** korzeń (14%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • marchewka z groszkiem 120g [marchew (89,8%), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól],	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mlekiem**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem

smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pomidor 60g, • jabłko świeże 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• woda*.	250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2042kcal; Białko ogółem: 95,11g; Tłuszcz: 76,01g; Kw. tł. nas.: 30,36g; Węglowodany ogółem: 259,03g; W tym cukry: 63,55g; Błonnik: 29,96g; Sól: 5,42g		
Niedziela, 17.05.2026 Dieta łatwostrawna		
• Makaron na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól], chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa grysikowa 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, kasza manna **pszenna** (8,3%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • schab gotowany 70g [schab wieprzowy b/k (97,6%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, majeranek, pieprz czarny mielony], • sos własny 50ml [woda, marchew (14%), **seler** korzeń (14%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • bukiet warzyw 120g [marchew, brokuł mrożony, kalafior mrożony, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pomidor 60g, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**),

		cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1870kcal; Białko ogółem: 104,39g; Tłuszcz: 69,24g; Kw. tł. nas.: 32,59g; Węglowodany ogółem: 219,22g; W tym cukry: 19,78g; Błonnik: 23,30g; Sól: 5,76g		
Niedziela, 17.05.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• Makaron na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 15g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • roszponka 5g, • herbata czarna 250ml. **II śniadanie:** jabłko pieczone 200g	• Zupa grysikowa 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, kasza manna **pszenna** (8,3%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • schab gotowany 70g [schab wieprzowy b/k (97,6%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, majeranek, pieprz czarny mielony], • sos własny 50ml [woda, marchew (14%), **seler** korzeń (14%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • bukiet warzyw 120g [marchew, brokuł mrożony, kalafior mrożony, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], • woda*. **Podwieczorek:** jogurt owocowy 150g [**mleko**, truskawki – 9%, cukier, skrobia, stabilizator: pektyny, koncentrat: z marchwi i soku z buraka ćwikłowego, aromat, żywe kultury bakterii jogurtowych]	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pomidor 60g, • sałata 5g, herbata czarna 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1965kcal; Białko ogółem: 104,11g; Tłuszcz: 66,27g; Kw. tł. nas.: 30,44g; Węglowodany ogółem: 252,63g; W tym cukry: 50,98g; Błonnik: 26,52g; Sól: 5,67g		
Niedziela, 17.05.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Makaron na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] • masło 10g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele	• Zupa grysikowa 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, kasza manna **pszenna** (8,3%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • schab gotowany 70g [schab wieprzowy b/k (97,6%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, majeranek, pieprz czarny mielony], • sos własny 50ml [woda, marchew (14%), **seler** korzeń (14%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • bukiet warzyw 120g [marchew, brokuł mrożony, kalafior mrożony, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier,	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie,

angielskie, liść laurowy], • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	sól], • woda*.	kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pomidor 60g, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1776kcal; Białko ogółem: 107,6g; Tłuszcz: 56,53g; Kw. tł. nas.: 25,68g; Węglowodany ogółem: 221,17g; W tym cukry: 42,35g; Błonnik: 24,14g; Sól: 5,88g		
Niedziela, 17.05.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Makaron na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól], chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa grysikowa 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, kasza manna **pszenna** (8,3%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • schab duszony 70g [schab wieprzowy b/k (97,6%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, majeranek, pieprz czarny mielony], • sos własny 50ml [woda, marchew (14%), **seler** korzeń (14%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • surówka jarzynowa 120g [kapusta biała (78,4%), marchew (13%), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kw. cytrynowy), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*.	• Chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • ogórek świeży 60g, • jabłko świeże 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2094kcal; Białko ogółem: 110,5g; Tłuszcz: 75,01g; Kw. tł. nas.: 25,05g; Węglowodany ogółem: 257,21g; W tym cukry: 61,08g; Błonnik: 28,21g; Sól: 4,96g		
Niedziela, 17.05.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), sałatka z fasolki szparagowej 120g [fasolka szparagowa (67,6%), marchew, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), natka pietruszki, cukier, sól]	• Zupa grysikowa 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, kasza manna **pszenna** (8,3%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • schab duszony 70g [schab wieprzowy b/k (97,6%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, majeranek, pieprz czarny mielony], • sos własny 50ml [woda, marchew (14%), **seler** korzeń (14%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • surówka jarzynowa 120g [kapusta biała (78,4%), marchew (13%), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kw. cytrynowy), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*. **Podwieczorek:** kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe], musli 20g [płatki **owsiane** (42%), nasiona słonecznika (29%), pestki dyni (29%)]	• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 50g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • ogórek świeży 60g, • jabłko świeże 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2427kcal; Białko ogółem: 122,83g; Tłuszcz: 95,01g; Kw. tł. nas.: 30,91g; Węglowodany ogółem: 288,93g; W tym cukry: 62,97g; Błonnik: 41,07g; Sól: 7,43g		
Niedziela, 17.05.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
• Makaron na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól], chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy],	• Zupa grysikowa 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, kasza manna **pszenna** (8,3%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], udziec z kurczaka pieczony 110g [udziec z kurczaka (97,8%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, pieprz	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do

chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pomidor 60g, • jabłko świeże 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** jabłko świeże 200g	czarny mielony, papryka słodka mielona], • sos własny 50ml [woda, marchew (14%), **seler** korzeń (14%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • marchewka z groszkiem 120g [marchew (89,8%), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], woda*. **Podwieczorek:** jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych]	przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)], • płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2392kcal; Białko ogółem: 119,98g; Tłuszcz: 86,36g; Kw. tł. nas.: 35,55g; Węglowodany ogółem: 299,64g; W tym cukry: 82,6g; Błonnik: 32,29g; Sól: 5,99g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie **II śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja**
Poniedziałek, 18.05.2026 Dieta podstawowa		
• Ryż na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb	Zupa fasolowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, fasola sucha (20%), **seler** korzeń, maślanka (**maślanka** naturalna pasteryzowana, **mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii mlekowych), korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator:	Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], masło 15g (z

mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], masło 15g (z **mleka**), [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól] kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], papryka świeża 60g, roszponka 5g, kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]	karagen, emulgator: E471), cebula, kiełbasa litewska (mięso wieprzowe (83%), woda, białko **sojowe**, stabilizator: trifosforany, glukoza, przeciw utleniacz: izoskobinian sodu, skrobia ziemniaczana, sól, przyprawy zawierające **gorczycę**, wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, ekstrakty roślinne, substancja konserwująca: azotyn sodu, osłonka: jelita wieprzowe), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek], filet z morszczuka pieczony 80g [filet z **morszczuka** (57,8%), marchew (28,9%), **seler** korzeń (11,6%)**,** natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, majeranek], sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól], ziemniaki 200g, surówka jarzynowa 120g [kapusta biała (78,4%), marchew (13%), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kw. cytrynowy), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, cukier, sól, kwasek cytrynowy], woda*.	**mleka**), kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), sałatka jarzynowa z cieciorką 180g [marchew, ziemniaki, **seler** korzeń, ogórek kiszony (ogórki, woda sól, przyprawy), **jajo**, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny), sól], kefir 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe], kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2171kcal; Białko ogółem: 103,62g; Tłuszcz: 85,18g; Kw. tł. nas.: 33,27g; Węglowodany ogółem: 260,15g; W tym cukry: 57,12g; Błonnik: 28,38g; Sól: 5,6g		
Poniedziałek, 18.05.2026 Dieta łatwostrawna		
Ryż na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól]chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], masło 15g (z **mleka**), wędlina drobiowa - krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja	Zupa jarzynowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, kapusta świeża, kalafior mrożony, fasolka szparagowa mrożona, groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy], kopytka ziemniaczane gotowane 250g [ziemniaki (78,9%), mąka **pszenna**, **jajo** kurze, mąka ziemniaczana, sól], sos pomidorowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier], budyń śmietankowy z musem owocowym	Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] , masło 15g (z **mleka**), galaretka drobiowa z warzywami 130g [rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler** korzeń, pietruszka naciowa), udziec z kurczaka (31%), marchew, **seler** korzeń, brokuł mrożony, żelatyna spożywcza wieprzowa, pietruszka natka, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy, sól], kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego),

konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], pomidor 60g, roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	150g [**mleko** 2%, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera laktozę) barwnik: kurkumina), dżem truskawkowy (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancja zagęszczająca: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy) (5,5%), cukier], woda*.	drożdże kefirowe], kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2185kcal; Białko ogółem: 103,9g; Tłuszcz: 65,34g; Kw. tł. nas.: 32,92g; Węglowodany ogółem: 306,59g; W tym cukry: 64,36g; Błonnik: 26,42g; Sól: 6,41g		
Poniedziałek, 18.05.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• Ryż na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól],chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa - krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pomidor 60g, • roszponka 5g, • herbata czarna 250ml. **II śniadanie:** kaszka kukurydziana na mleku z musem owocowym 150g [**mleko** 2%, kaszka kukurydziana (15,4%), dżem truskawkowy (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancja zagęszczająca: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy) (5,1%), cukier, sól]	• Zupa jarzynowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, kapusta świeża, kalafior mrożony, fasolka szparagowa mrożona, groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy], • kopytka ziemniaczane gotowane 250g [ziemniaki (78,9%), mąka **pszenna**, **jajo** kurze, mąka ziemniaczana, sól], • sos pomidorowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier], • budyń śmietankowy z musem owocowym 150g [**mleko** 2%, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera laktozę) barwnik: kurkumina), dżem truskawkowy (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancja zagęszczająca: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy) (5,5%), cukier], • woda*. **Podwieczorek:** biszkopty 30g [mąka **pszenna**, **jaja**, cukier, cukier płynny inwertowany, skrobia ziemniaczana, emulgatory: E471, E475, E477]	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • galaretka drobiowa z warzywami 130g [rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler** korzeń, pietruszka naciowa), udziec z kurczaka (31%), marchew, **seler** korzeń, brokuł mrożony, żelatyna spożywcza wieprzowa, pietruszka natka, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy, sól], • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • herbata czarna 250ml.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2371kcal; Białko ogółem: 103,25g; Tłuszcz: 62,79g; Kw. tł. nas.: 31,14g; Węglowodany ogółem: 359,72g; W tym cukry: 70,43g; Błonnik: 29,0g; Sól: 6,4g

Poniedziałek, 18.05.2026 Dieta niskotłuszczowa

• Ryż na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól] • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa - krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pomidor 60g, • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa jarzynowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, kapusta świeża, kalafior mrożony, fasolka szparagowa mrożona, groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy], • kopytka ziemniaczane gotowane 250g [ziemniaki (78,9%), mąka **pszenna**, **jajo** kurze, mąka ziemniaczana, sól], • sos pomidorowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier], • budyń śmietankowy z musem owocowym 150g [**mleko** 2%, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera laktozę) barwnik: kurkumina), dżem truskawkowy (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancja zagęszczająca: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy) (5,5%), cukier], • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki] , • masło 10g (z **mleka**), • galaretka drobiowa z warzywami 130g [rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler** korzeń, pietruszka naciowa), udziec z kurczaka (31%), marchew, **seler** korzeń, brokuł mrożony, żelatyna spożywcza wieprzowa, pietruszka natka, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy, sól], • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2111kcal; Białko ogółem: 103,83g; Tłuszcz: 57,08g; Kw. tł. nas.: 27,44g; Węglowodany ogółem: 306,49g; W tym cukry: 64,3g; Błonnik: 26,42g; Sól: 6,4g

Poniedziałek, 18.05.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych

• Ryż na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól], chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa - krakowska 40g [mięso	• Zupa jarzynowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, kapusta świeża, kalafior mrożony, fasolka szparagowa mrożona, groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy], • kopytka ziemniaczane gotowane 250g [ziemniaki (78,9%), mąka **pszenna**, **jajo** kurze, mąka ziemniaczana, sól], • sos pomidorowy 50ml [woda,	• Chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • galaretka drobiowa z warzywami 130g [rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler** korzeń, pietruszka naciowa), udziec z kurczaka (31%), marchew, **seler** korzeń, brokuł mrożony,

drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • papryka świeża 60g, • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]..	marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier], • budyń śmietankowy z musem owocowym 150g [**mleko** 2%, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera laktozę) barwnik: kurkumina), dżem truskawkowy (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancja zagęszczająca: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy) (5,5%), cukier], • woda*.	żelatyna spożywcza wieprzowa, pietruszka natka, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy, sól], • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2311kcal; Białko ogółem: 109,61g; Tłuszcz: 65,88g; Kw. tł. nas.: 26,7g; Węglowodany ogółem: 332,67g; W tym cukry: 72,32g; Błonnik: 30,81g; Sól: 5,62g		
Poniedziałek, 18.05.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa - krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • papryka świeża 60g, • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%)	• Zupa jarzynowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, kapusta świeża, kalafior mrożony, fasolka szparagowa mrożona, groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy], • kopytka ziemniaczane gotowane 250g [ziemniaki (78,9%), mąka **pszenna**, **jajo** kurze, mąka ziemniaczana, sól], • sos pomidorowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier], • budyń śmietankowy bez cukru 150g [**mleko** 2%, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera laktozę) barwnik: kurkumina)], • woda*. **Podwieczorek:** Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%),	• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • galaretka drobiowa z warzywami 130g [rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler** korzeń, pietruszka naciowa), udziec z kurczaka (31%), marchew, **seler** korzeń, brokuł mrożony, żelatyna spożywcza wieprzowa, pietruszka natka, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy, sól], • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

(zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), sałatka z brukselki 120g [brukselka mrożona (67%), marchew, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), kukurydza konserwowa, sól]	woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), surówka z marchwi 120g [marchew (77,7%), jabłko, śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), natka pietruszki, cukier, kwasek cytrynowy, sól]	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: kcal; Białko ogółem: g; Tłuszcz: g; Kw. tł. nas.: g; Węglowodany ogółem: g; W tym cukry: g; Błonnik: g; Sól: g		
Poniedziałek, 18.05.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
• Ryż na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól], chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa - krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • papryka świeża 60g, • roszponka 5g,	• Zupa fasolowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, fasola sucha (20%), **seler** korzeń, maślanka (**maślanka** naturalna pasteryzowana, **mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii mlekowych), korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cebula, kiełbasa litewska (mięso wieprzowe (83%), woda, białko **sojowe**, stabilizator: trifosforany, glukoza, przeciw utleniacz: izoskobinian sodu, skrobia ziemniaczana, sól, przyprawy zawierające **gorczycę**, wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, ekstrakty roślinne, substancja konserwująca: azotyn sodu, osłonka: jelita wieprzowe), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek], • filet z morszczuka pieczony 80g [filet z **morszczuka** (57,8%), marchew (28,9%), **seler** korzeń (11,6%)**,** natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, majeranek], • sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń,	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • sałatka jarzynowa z cieciorką 180g [marchew, ziemniaki, **seler** korzeń, ogórek kiszony (ogórki, woda sól, przyprawy), **jajo**, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny), sól], • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis,

• kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** kaszka kukurydziana na mleku z musem owocowym 150g [**mleko** 2%, kaszka kukurydziana (15,4%), dżem truskawkowy (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancja zagęszczająca: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy) (5,1%), cukier, sól]	**mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól], ziemniaki 200g, • surówka jarzynowa 120g [kapusta biała (78,4%), marchew (13%), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kw. cytrynowy), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, cukier, sól, kwasek cytrynowy], woda*. **Podwieczorek:** biszkopty 30g [mąka **pszenna**, **jaja**, cukier, cukier płynny inwertowany, skrobia ziemniaczana, emulgatory: E471, E475, E477]	Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml, kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)], • kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2888kcal; Białko ogółem: 127,52g; Tłuszcz: 98,2g; Kw. tł. nas.: 37,01g; Węglowodany ogółem: 392,32g; W tym cukry: 88,31g; Błonnik: 43,65g; Sól: 5,89g		
* woda pitna dostępna na oddziałach Chojnice, 08.05.2026r. sporządziła: dietetyczka Monika Ryduchowska		

* jadłospis może ulec zmianie z przyczyn losowych