Jadłospisy na okres 29.05. - 07.06.2026

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Piątek, 29.05.2026 Dieta podstawowa		
• 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**), • ser żółty 40g [**mleko**, sól, stabilizator – chlorek wapnia, kultury bakterii], • 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)].	• 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], • Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem 250g [ser twarogowy półtłusty (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii) (47,2%), ziemniaki, mąka **pszenna**, **jajo** kurze, mąka ziemniaczana, cukier, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cynamon, cukier wanilinowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii), sól], • 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**), • galaretka z morszczuka z warzywami 130g [wywar, filet z **morszczuka** (24,4%), marchew, **seler** korzeń, groszek konserwowy (groszek zielony, woda sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), żelatyna spożywcza, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy], • 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: 2476 kcal; Białko ogółem: 125,31g; Tłuszcz: 82,09g; Kw. tł. nas.: 39,96g; Węglowodany ogółem: 323,81g; W tym cukry: 89,88g; Błonnik: 34,86g; Sól: 5,47g		
Piątek, 29.05.2026 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**), • 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	• 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], • Pulpet z morszczuka z warzywami gotowany 100g [filet z **morszczuka** (65,4%), marchew (13,1%), **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), 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**), • 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

wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól], • pomidor 60g, • dżem owocowy 30g [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)].	margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), natka pietruszki, sól], • Sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól], • Ziemniaki 200g, • Seler ze szpinakiem gotowany 120g [**seler** (89,2%), szpinak mrożony (6,4%), masło (z **mleka**), cukier], • woda*.	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 (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: 2001kcal; Białko ogółem: 87,49g; Tłuszcz: 68,68g; Kw. tł. nas.: 34,20g; Węglowodany ogółem: 274,79g; W tym cukry: 77,01g; Błonnik: 31,95g; Sól: 6,88g		
Piątek, 29.05.2026 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**), • 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, • dżem owocowy 30g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy], • herbata czarna 250ml. **II śniadanie:** • jabłko pieczone 200g	• 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], • Pulpet z morszczuka z warzywami gotowany 100g [filet z **morszczuka** (65,4%), marchew (13,1%), **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), natka pietruszki, sól], • Sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól], • Ziemniaki 200g, • Seler ze szpinakiem gotowany 120g [**seler** (89,2%), szpinak mrożony (6,4%), masło (z **mleka**), cukier], • woda* **Podwieczorek:**	• 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 jogurtowych], • herbata czarna 250ml.

	• 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: 2183kcal; Białko ogółem: 89,12g; Tłuszcz: 67,86g; Kw. tł. nas.: 33,15g; Węglowodany ogółem: 323,53g; W tym cukry: 100,48g; Błonnik: 36,01g; Sól: 7,98g		
Piątek, 29.05.2026 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**), • 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, • dżem owocowy 30g [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)].	• 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], • Pulpet z morszczuka z warzywami gotowany 100g [filet z **morszczuka** (65,4%), marchew (13,1%), **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), natka pietruszki, sól], • Sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól], • Ziemniaki 200g, • Seler ze szpinakiem gotowany 120g [**seler** (89,2%), szpinak mrożony (6,4%), masło (z **mleka**), cukier], • woda*.	• Chleb pszenny 72g[mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • 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 (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe], • masło 10g (z **mleka**), • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1927kcal; Białko ogółem: 87,41g; Tłuszcz: 60,42g; Kw. tł. nas.: 28,72g; Węglowodany ogółem: 274,71g; W tym cukry: 76,95g; Błonnik: 31,95g; Sól: 6,88g		
Piątek, 29.05.2026 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	• Barszcz zabielany 300ml [woda, buraki (40%), ziemniaki, marchew, **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

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**), • 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, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	stabilizator: karagen, emulgator: E471), cukier, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy], • Pulpet z morszczuka z warzywami gotowany 100g [filet z **morszczuka** (65,4%), marchew (13,1%), **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), natka pietruszki, sól], • Sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól], • Ziemniaki 200g, • 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*.	**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 (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 (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: 2151kcal; Białko ogółem: 93,46g; Tłuszcz: 77,16g; Kw. tł. nas.: 28,52g; Węglowodany ogółem: 287,15g; W tym cukry: 71,961935g; Błonnik: 33,94g; Sól: 6,20g		
Piątek, 29.05.2026 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**), • 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),	• 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], • Pulpet z morszczuka z warzywami gotowany 100g [filet z **morszczuka** (65,4%), marchew (13,1%), **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), natka pietruszki, sól],	• 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**), • [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

regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól], • 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 (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]	• Sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól], • Ziemniaki 200g, • 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:** • Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 5g (z **mleka**), • twaróg 30g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • ogórek świeży 20g.	(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 [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2392kcal; Białko ogółem: 102,11g; Tłuszcz: 86,31g; Kw. tł. nas.: 32,68g; Węglowodany ogółem: 325,02g; W tym cukry: 63,72g; Błonnik: 48,20g; Sól: 7,91g		
Piątek, 29.05.2026 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**), • ser żółty 40g [**mleko**, sól, stabilizator – chlorek wapnia, kultury bakterii], • 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,	• 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], • Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem 250g [ser twarogowy półtłusty (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii) (47,2%), ziemniaki, mąka **pszenna**, **jajo** kurze, mąka ziemniaczana, cukier, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cynamon, cukier wanilinowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii), sól], • 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**), • galaretka z morszczuka z warzywami 130g [wywar, filet z **morszczuka** (24,4%), marchew, **seler** korzeń, groszek konserwowy (groszek zielony, woda sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), żelatyna spożywcza, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy], • 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)]. **II śniadanie:** • biszkopty 30g [mąka **pszenna**, **jaja**, cukier, cukier płynny inwertowany, skrobia ziemniaczana, emulgatory: E471, E475, E477]	**Podwieczorek:** • 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]	• 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: 3293kcal; Białko ogółem: 155,55g; Tłuszcz: 96,79g; Kw. tł. nas.: 45,09g; Węglowodany ogółem: 465,57g; W tym cukry: 118,13g; Błonnik: 38,73g; Sól: 6,89g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Sobota, 30.05.2026 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**), • 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, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa koperkowa 300ml [woda, ziemniaki (33,3%), marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, koper mrożony (3,3%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Zrazik wieprzowo-drobiowy z warzywami pieczony 100g [łopatka wieprzowa b/k (33,3%), karkówka wieprzowa z/k (13,9%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (11,1%), marchew (6%), seler (5%), chleb pszenny (11,1%) (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), marchew (6%), seler (5%), **jaja** kurze, cebula, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), natka pietruszki, sól, majeranek, pieprz czarny mielony], • Sos śmietanowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471) (7%), **mleko** 2%, pietruszka natka, mąka **pszenna**, sól], • Kasza jęczmienna 200g [woda, 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],	• 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 30g [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)].

	• woda*.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2135kcal; Białko ogółem: 101,64g; Tłuszcz: 82,56g; Kw. tł. nas.: 35,19g; Węglowodany ogółem: 258,13g; W tym cukry: 58,91g; Błonnik: 26,63; Sól: 4,43g		
Sobota, 30.05.2026 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], • masło 15g (z **mleka**), • twaróg 80g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • sałata 5g, • wędlina drobiowa – krakowska 20g [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**], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa koperkowa 300ml [woda, ziemniaki (33,3%), marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, koper mrożony (3,3%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Budyń drobiowy z warzywami gotowany 100g [łopatka wieprzowa b/k (26,7%), karkówka wieprzowa z/k (16,7%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (13,3%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,7%), **seler** korzeń (6,7%), natka pietruszki, sól, pieprz czarny mielony], • Sos pomidorowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier], • 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**), • wędlina drobiowa – szynka konserwowa 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)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1836kcal; Białko ogółem: 101,01g; Tłuszcz: 56,57g; Kw. tł. nas.: 32,32g; Węglowodany ogółem: 241,09g; W tym cukry: 56,36g; Błonnik: 23,97g; Sól: 5,84g		
Sobota, 30.05.2026 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**), • twaróg 80g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • sałata 5g, • wędlina drobiowa – krakowska 20g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe,	• Zupa koperkowa 300ml [woda, ziemniaki (33,3%), marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, koper mrożony (3,3%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Budyń drobiowy z warzywami gotowany 100g [łopatka wieprzowa b/k (26,7%), karkówka wieprzowa z/k (16,7%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (13,3%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), 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 [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,

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**], • herbata czarna 250ml. **II śniadanie:** • serek homogenizowany waniliowy 150g (**mleko, śmietanka,** cukier, aromat waniliowy, kultury bakterii mlekowych)	margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,7%), **seler** korzeń (6,7%), natka pietruszki, sól, pieprz czarny mielony], • Sos pomidorowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier], • Ziemniaki 200g, • Buraki puree 120g [buraki (93,2%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*. **Podwieczorek:** • galaretka owocowa 150g [woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)]	substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pomidor 60g, • roszponka 5g, • herbata czarna 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1909kcal; Białko ogółem: 105,86g; Tłuszcz: 60,05g; Kw. tł. nas.: 34,89g; Węglowodany ogółem: 247,55g; W tym cukry: 66,06g; Błonnik: 23,19g; Sól: 5,89g		
Sobota, 30.05.2026 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**), • twaróg 80g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • sałata 5g, • wędlina drobiowa – krakowska 20g [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**], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%),	• Zupa koperkowa 300ml [woda, ziemniaki (33,3%), marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, koper mrożony (3,3%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Budyń drobiowy z warzywami gotowany 100g [łopatka wieprzowa b/k (26,7%), karkówka wieprzowa z/k (16,7%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (13,3%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,7%), **seler** korzeń (6,7%), natka pietruszki, sól, pieprz czarny mielony], • Sos pomidorowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier], • Ziemniaki 200g, • Buraki puree 120g [buraki (93,2%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól, kwasek	• 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 [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)].

kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	cytrynowy], • woda*.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1762kcal; Białko ogółem: 100,93g; Tłuszcz: 48,31g; Kw. tł. nas.: 26,84g; Węglowodany ogółem: 241,01g; W tym cukry: 56,3g; Błonnik: 23,97g; Sól: 5,84g		
Sobota, 30.05.2026 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%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • twaróg 80g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • papryka świeża 60g, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa koperkowa 300ml [woda, ziemniaki (33,3%), marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, koper mrożony (3,3%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Budyń drobiowy z warzywami gotowany 100g [łopatka wieprzowa b/k (26,7%), karkówka wieprzowa z/k (16,7%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (13,3%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,7%), **seler** korzeń (6,7%), natka pietruszki, sól, pieprz czarny mielony], • Sos pomidorowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier], • 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**), • wędlina drobiowa – szynka konserwowa 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**], • ogórek 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: 1935kcal; Białko ogółem: 103,19g; Tłuszcz: 60,00g; Kw. tł. nas.: 24,25g; Węglowodany ogółem: 256,65g; W tym cukry: 57,67g; Błonnik: 26,39g; Sól: 4,60g		
Sobota, 30.05.2026 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), • papryka świeża 60g, • sałata 5g,	• Zupa koperkowa 300ml [woda, ziemniaki (33,3%), marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, koper mrożony (3,3%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Budyń drobiowy z warzywami gotowany 100g [łopatka wieprzowa b/k (26,7%), karkówka wieprzowa z/k (16,7%), mięso z piersi	• 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 50g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe,

• 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 brokułowa 120g [brokuł mrożony (48,5%), jajo, 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]	kurczaka bez skóry (13,3%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,7%), **seler** korzeń (6,7%), natka pietruszki, sól, pieprz czarny mielony], • Sos pomidorowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier], • 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 marchwi 120g [marchew (77,7%), jabłko, śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), natka pietruszki, cukier, kwasek cytrynowy, sól]	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**], • ogórek 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: 2172kcal; Białko ogółem: 110,00g; Tłuszcz: 68,65g; Kw. tł. nas.: 30,18g; Węglowodany ogółem: 298,02g; W tym cukry: 60,48g; Błonnik: 43,91g; Sól: 7,45g		
Sobota, 30.05.2026 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**), • 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,	• Zupa koperkowa 300ml [woda, ziemniaki (33,3%), marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, koper mrożony (3,3%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Zrazik wieprzowo-drobiowy z warzywami pieczony 100g [łopatka wieprzowa b/k (33,3%), karkówka wieprzowa z/k (13,9%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (11,1%), marchew (6%), seler (5%), chleb pszenny (11,1%) (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), marchew (6%),	• 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 30g [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%)

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 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** • serek homogenizowany waniliowy 150g (**mleko, śmietanka,** cukier, aromat waniliowy, kultury bakterii mlekowych)	seler (5%), **jaja** kurze, cebula, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), natka pietruszki, sól, majeranek, pieprz czarny mielony], • Sos śmietanowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471) (7%), **mleko** 2%, pietruszka natka, mąka **pszenna**, sól], • Kasza jęczmienna 200g [woda, 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*. **Podwieczorek:** • galaretka owocowa 150g [woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)]	(zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)], • na mleku 300ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2530kcal; Białko ogółem: 123,31g; Tłuszcz: 95,32g; Kw. tł. nas.: 43,16g; Węglowodany ogółem: 306,72g; W tym cukry: 90,68g; Błonnik: 27,13g; Sól: 4,86g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Niedziela, 31.05.2026 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,	• Rosół z makaronem 300ml [woda, marchew, makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (10%), **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Schab pieczony 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,	• 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,

przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól], • pomidor 60g, • jabłko świeże 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• 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*.	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**], • papryka świeża 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: 2078kcal; Białko ogółem: 96,60g; Tłuszcz: 79,43g; Kw. tł. nas.: 29,31g; Węglowodany ogółem: 257,75g; W tym cukry: 63,16g; Błonnik: 29,48g; Sól: 5,04g		
Niedziela, 31.05.2026 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**), • 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 pieczone 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Rosół z makaronem 300ml [woda, marchew, makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (10%), **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Udziec z kurczaka 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 biały gotowany 200g woda, ryż biały (92%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), sól], • Marchewka gotowana 120g marchew (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**), • **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: 1997kcal; Białko ogółem: 91,03g; Tłuszcz: 69,25g; Kw. tł. nas.: 33,40g; Węglowodany ogółem: 266,69g; W tym cukry: 64,65g; Błonnik: 29,51g; Sól: 6,24g		
Niedziela, 31.05.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda,	• Rosół z makaronem 300ml [woda, marchew, makaron	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), 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**), • 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 pieczone 200g, • herbata czarna 250ml. **II śniadanie:** • biszkopty 30g [mąka **pszenna**, **jaja**, cukier, cukier płynny inwertowany, skrobia ziemniaczana, emulgatory: E471, E475, E477]	(mąka **pszenna** makaronowa) (10%), **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Udziec z kurczaka 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 biały gotowany 200g woda, ryż biały (92%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), sól], • Marchewka gotowana 120g marchew (95%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], • woda*. **Podwieczorek:** • budyń śmietankowy z musem owocowy 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]	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, • herbata czarna 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2113kcal; Białko ogółem: 93,36g; Tłuszcz: 69,89g; Kw. tł. nas.: 32,81g; Węglowodany ogółem: 292,57g; W tym cukry: 70,89g; Błonnik: 29,23g; Sól: 6,33g		
Niedziela, 31.05.2026 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**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa,	• Rosół z makaronem 300ml [woda, marchew, makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (10%), **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Udziec z kurczaka 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 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 1 szt. [białko **jaja** kurzego (52%), marchew, mięso z piersi kurczaka, pietruszka natka, sól], • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda,

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 pieczone 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	**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 biały gotowany 200g woda, ryż biały (92%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), sól], • Marchewka gotowana 120g marchew (95%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], • 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: 1923kcal; Białko ogółem: 90,95g; Tłuszcz: 60,99g; Kw. tł. nas.: 27,92g; Węglowodany ogółem: 266,61g; W tym cukry: 64,59g; Błonnik: 29,51g; Sól: 6,24g		
Niedziela, 31.05.2026 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**],	• Rosół z makaronem 300ml [woda, marchew, makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (10%), **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Udziec z kurczaka 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 biały gotowany 200g woda, ryż biały (92%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), sól], • Marchewka z groszkiem 120g [marchew (89,8%), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), 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**), • **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], • papryka świeża 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

• rukola 5g, • 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: 2104kcal; Białko ogółem: 97,54g; Tłuszcz: 71,95g; Kw. tł. nas.: 27,77g; Węglowodany ogółem: 281,78g; W tym cukry: 65,49g; Błonnik: 31,81g; Sól: 5,49g		
Niedziela, 31.05.2026 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 – 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**], • rukola 5g, • jabłko świeże 200g, • 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**), • pomidor z cebulą 120g [pomidor (88,9%), cebula (7,4%), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól]	• Rosół z makaronem 300ml [woda, marchew, makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (10%), **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Udziec z kurczaka 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 biały gotowany 200g woda, ryż biały (92%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), sól], • Marchewka z groszkiem 120g [marchew (89,8%), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], • 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 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,	• 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], • papryka świeża 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

	kwasek cytrynowy]	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2295kcal; Białko ogółem: 98,82g; Tłuszcz: 80,78g; Kw. tł. nas.: 31,62g; Węglowodany ogółem: 316,05g; W tym cukry: 64,66g; Błonnik: 48,80g; Sól: 7,22g		
Niedziela, 31.05.2026 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], • 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:** • biszkopty 30g [mąka **pszenna**, **jaja**, cukier, cukier płynny inwertowany, skrobia ziemniaczana, emulgatory: E471, E475, E477]	• Rosół z makaronem 300ml [woda, marchew, makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (10%), **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Schab pieczony 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:** • budyń śmietankowy z musem owocowy 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]	• 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**], • papryka świeża 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].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2526kcal; Białko ogółem: 116,52g; Tłuszcz: 89,76g; Kw. tł. nas.: 34,23g; Węglowodany ogółem: 327,02g; W tym cukry: 93,15g; Błonnik: 31,26g; Sól: 6,49g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie **II śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja**
Poniedziałek, 01.06.2026 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 – 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**], • ogórek świeży 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], • Pulpet z morszczuka ze szpinakiem pieczony 100g [filet z **morszczuka** (65,4%), szpinak mrożony (13,1%), **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), natka pietruszki, sól], • Sos cytrynowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kwasek cytrynowy (<1%), sól], • Ziemniaki 200g, • 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**), • sałatka jarzynowa 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], • 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: 2176kcal; Białko ogółem: 96,06g; Tłuszcz: 80,22g; Kw. tł. nas.: 33,07g; Węglowodany ogółem: 282,88g; W tym cukry: 54,41g; Błonnik: 35,84g; Sól: 6,86g		
Poniedziałek, 01.06.2026 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**), • 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:	• Zupa jarzynowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, brokuł mrożony, kalafior mrożony, korpusy z kurczaka, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Rolada ziemniaczana z nadzieniem twarogowym 350g [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	• 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 180g [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 jogurtowych], • kawa zbożowa z mlekiem

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**], • roszponka 5g, • dżem owocowy 30g [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)].	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 owocowo-śmietanowy 100ml [owoce mrożone (60%), śmietana zakwaszana 12% (z **mleka**), cukier], • woda*.	250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2346kcal; Białko ogółem: 115,09g; Tłuszcz: 67,08g; Kw. tł. nas.: 35,16g; Węglowodany ogółem: 331,41g; W tym cukry: 85,03g; Błonnik: 27,11g; Sól: 6,27g		
Poniedziałek, 01.06.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• na mleku 300ml, • 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**], • roszponka 5g, • dżem owocowy 30g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy], • herbata czarna 250ml. **II śniadanie:**	• Zupa jarzynowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, brokuł mrożony, kalafior mrożony, korpusy z kurczaka, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Rolada ziemniaczana z nadzieniem twarogowym 350g [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 owocowo-śmietanowy 100ml [owoce mrożone (60%), śmietana zakwaszana 12% (z **mleka**), cukier], • woda*. **Podwieczorek:** • kisiel owocowy z sosem o waniliowym 150g [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**), • gulasz drobiowy z warzywami 180g [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 jogurtowych], • herbata czarna 250ml.

• galaretka mleczna 150g **[mleko** 2%, woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)] • ciastko Lubiś [mąka **pszenna** 23,5%,syrop glukozowo-fruktozowy, cukier, **jaja** 12,5%, olej rzepakowy, stabilizator (glicerol), odtłuszczone **mleko** w proszku 3,8%, pełne **mleko** w proszku 2,5%, kakao w proszku o obniżonej zawartości tłuszczu 1,8%, skrobia **pszenna**, dekstroza, substancje spulchniające (difosforany, węglany potasu), syrop glukozowy, emulgatory (E472b, E475, lecytyny **sojowe**), sól, naturalny aromat, substancja zagęszczająca (guma guar), regulator kwasowości (kwas cytrynowy)]	kisiel owocowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, aromat, sól, suszony koncentrat soku wiśniowego 0,1%, barwnik: kwas karminowy), cukier] • sos waniliowy 30ml **[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%)]	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2352kcal; Białko ogółem: 112,28g; Tłuszcz: 64,96g; Kw. tł. nas.: 33,91g; Węglowodany ogółem: 341,13g; W tym cukry: 91,45g; Błonnik: 26,35g; Sól: 6,31g		
Poniedziałek, 01.06.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• na mleku 300ml, • 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**], • roszponka 5g, • dżem owocowy 30g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator	• Zupa jarzynowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, brokuł mrożony, kalafior mrożony, korpusy z kurczaka, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Rolada ziemniaczana z nadzieniem twarogowym 350g [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 owocowo-śmietanowy 100ml [owoce mrożone (60%), śmietana zakwaszana 12% (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**), • gulasz drobiowy z warzywami 180g [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 jogurtowych], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

kwasowości – kwas cytrynowy], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• woda*.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2272kcal; Białko ogółem: 115,01g; Tłuszcz: 58,82g; Kw. tł. nas.: 29,68g; Węglowodany ogółem: 331,33g; W tym cukry: 84,97g; Błonnik: 27,11g; Sól: 6,27g		
Poniedziałek, 01.06.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• na mleku 300ml, • 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 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**], • ogórek świeży 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, brokuł mrożony, kalafior mrożony, korpusy z kurczaka, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Rolada ziemniaczana z nadzieniem twarogowym 350g [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 owocowo-śmietanowy 100ml [owoce mrożone (60%), śmietana zakwaszana 12% (z **mleka**), cukier], • 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**), • gulasz drobiowy z warzywami 180g [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 jogurtowych], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2407kcal; Białko ogółem: 121,10g; Tłuszcz: 69,59g; Kw. tł. nas.: 29,52g; Węglowodany ogółem: 335,55g; W tym cukry: 76,88g; Błonnik: 28,42g; Sól: 5,51g		
Poniedziałek, 01.06.2026 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**),	• Zupa jarzynowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, brokuł mrożony, kalafior mrożony, korpusy z kurczaka, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Rolada ziemniaczana z nadzieniem twarogowym 350g [ziemniaki (57,8 %), ser	• 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 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**], • ogórek świeży 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 buraka i groszku 120g [buraki (84,6%), jabłko, olej rzepakowy rafinowany 100%, cukier, sól, kwasek cytrynowy]	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 owocowo-śmietanowy 100ml [owoce mrożone (60%), śmietana zakwaszana 12% (z **mleka**), cukier], • **w**oda*. **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]	• gulasz drobiowy z warzywami 180g [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 jogurtowych], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2707kcal; Białko ogółem: 126,82g; Tłuszcz: 79,71g; Kw. tł. nas.: 35,02g; Węglowodany ogółem: 391,92g; W tym cukry: 82,06g; Błonnik: 49,42g; Sól: 7,76g		
Poniedziałek, 01.06.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
• na mleku 300ml, • 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	• 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], • Pulpet z morszczuka ze szpinakiem pieczony 100g [filet z **morszczuka** (65,4%), szpinak mrożony (13,1%), **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże,	• 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 180g [marchew, ziemniaki, **seler** korzeń, ogórek kiszony (ogórki, woda sól, przyprawy), **jajo**, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**,

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**], • ogórek świeży 60g, • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** • galaretka mleczna 150g **[mleko** 2%, woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)]	sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), natka pietruszki, sól], • Sos cytrynowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kwasek cytrynowy (<1%), sól], • Ziemniaki 200g, • 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:** • kisiel owocowy z sosem o waniliowym 150g [woda, kisiel owocowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, aromat, sól, suszony koncentrat soku wiśniowego 0,1%, barwnik: kwas karminowy), cukier] • sos waniliowy 30ml **[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%)]	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], • 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)], • kasza kukurydziana na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, kasza kukurydziana (8%) sól].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2516kcal; Białko ogółem: 110,23g; Tłuszcz: 87,45g; Kw. tł. nas.: 37,18g; Węglowodany ogółem: 339,39g; W tym cukry: 82,88g; Błonnik: 38,26g; Sól: 7,28g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Wtorek, 02.06.2026 Dieta podstawowa		
• 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%),	• Zupa selerowa 300ml [woda, **seler** korzeń (47,7%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen,	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy],

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), • **jajo** gotowane 1 szt., • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Makaron z sosem bolońskim 350g [makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (19,6%), łopatka wieprzowa b/k, karkówka wieprzowa z/k, marchew, **seler** korzeń, pieczarka mrożona, koncentrat pomidorowy 30%, cebula, olej rzepakowy rafinowany 100%, mąka **pszenna**, sól, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy], • Jabłko świeże 200g, • woda*.	• 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**], • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • 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: 2235kcal; Białko ogółem: 106,71g; Tłuszcz: 83,95g; Kw. tł. nas.: 34,70g; Węglowodany ogółem: 278,87g; W tym cukry: 65,69g; Błonnik: 32,16g; Sól: 4,51g		
Wtorek, 02.06.2026 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 – 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:	• 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], • Zrazik drobiowy z włoszczyzną gotowany 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 ziołowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, oregano suszone, bazylia suszone, majeranek suszony,	• 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), • **jajo** gotowane 1 szt., • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**], • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	sól], • Ziemniaki 200g, • Buraki puree 120g [buraki (93,2%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1921kcal; Białko ogółem: 107,87g; Tłuszcz: 60,28g; Kw. tł. nas.: 33,45g; Węglowodany ogółem: 250,04g; W tym cukry: 57,8g; Błonnik: 29,38g; Sól: 5,75g		
Wtorek, 02.06.2026 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 – 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**], • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • pomidor 60g, • herbata czarna 250ml. **II śniadanie:** • jabłko pieczone 200g	• 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], • Zrazik drobiowy z włoszczyzną gotowany 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 ziołowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, oregano suszone, bazylia suszone, majeranek suszony, sól], • Ziemniaki 200g, • Buraki puree 120g [buraki (93,2%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*. **Podwieczorek:** • jogurt truskawkowy 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**), • twaróg 80g [(**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii)], • **jajo** gotowane 1 szt., • sałata 5g, • herbata czarna 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2016kcal; Białko ogółem: 107,59g; Tłuszcz: 57,31g; Kw. tł. nas.: 31,30g; Węglowodany ogółem: 283,45g; W tym cukry: 67,4g; Błonnik: 32,60g; Sól: 5,66g		
Wtorek, 02.06.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Ryż na mleku 300ml [**mleko**	• Zupa selerowa 300ml [woda,	• Chleb pszenny 72g[mąka

(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 – 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**], • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	**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], • Zrazik drobiowy z włoszczyzną gotowany 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 ziołowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, oregano suszone, bazylia suszone, majeranek suszony, sól], • Ziemniaki 200g, • Buraki puree 120g [buraki (93,2%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*.	**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), • białko **jaja** faszerowane 1 szt. [białko **jaja** kurzego (52%), marchew, mięso z piersi kurczaka, pietruszka natka, sól], • 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: 1847kcal; Białko ogółem: 107,79g; Tłuszcz: 52,02g; Kw. tł. nas.: 27,97g; Węglowodany ogółem: 249,96g; W tym cukry: 57,74g; Błonnik: 29,38g; Sól: 5,75g		
Wtorek, 02.06.2026 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 – szynka konserwowa 40g [filet z indyka 55%, woda, filet z kurczaka 10%, skrobia, sól, przyprawy, ekstrakty	• 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], • Zrazik drobiowy z włoszczyzną gotowany 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],	• 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**), • twaróg 80g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • **jajo** gotowane 1 szt., • papryka świeża 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%)

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**], • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Sos ziołowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, oregano suszone, bazylia suszone, majeranek suszony, sól], • Ziemniaki 200g, • Sałatka z buraka 120g [buraki (93,2%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*.	(zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2041kcal; Białko ogółem: 114,34g; Tłuszcz: 64g; Kw. tł. nas.: 25,45g; Węglowodany ogółem: 266,21g; W tym cukry: 59,87g; Błonnik: 32,15g; Sól: 4,97g		
Wtorek, 02.06.2026 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 – 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**], • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%),	• 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], • Zrazik drobiowy z włoszczyzną gotowany 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 ziołowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, oregano suszone, bazylia suszone, majeranek suszony, sól], • Ziemniaki 200g, • Sałatka z buraka 120g [buraki (93,2%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól, kwasek cytrynowy], • 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**), • twaróg 80g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • **jajo** gotowane 1 szt., • papryka świeża 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • pomidor 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 (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]	woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 5g (z **mleka**), • mizeria 120g [ogórki świeże (69%), maślanka (**maślanka** naturalna pasteryzowana, **mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii mlekowych), śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), natka pietruszki, cukier, sól]	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2269kcal; Białko ogółem: 119,67g; Tłuszcz: 73,56g; Kw. tł. nas.: 31,46g; Węglowodany ogółem: 302,61g; W tym cukry: 59,31g; Błonnik: 45,89g; Sól: 7,53		
Wtorek, 02.06.2026 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**), • twaróg 80g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • **jajo** gotowane 1 szt., • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** • jogurt truskawkowy 150g	• 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], • Makaron z sosem bolońskim 350g [makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (19,6%), łopatka wieprzowa b/k, karkówka wieprzowa z/k, marchew, **seler** korzeń, pieczarka mrożona, koncentrat pomidorowy 30%, cebula, olej rzepakowy rafinowany 100%, mąka **pszenna**, sól, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy], • 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 – 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

[mleko, truskawki – 9%; cukier; skrobia; stabilizator: pektyny; koncentrat: z marchwi i soku z buraka ćwikłowego; aromat; żywe kultury bakterii jogurtowych]	**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**), • mizeria 120g [ogórki świeże (69%), maślanka (**maślanka** naturalna pasteryzowana, **mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii mlekowych), śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), natka pietruszki, cukier, sól]	zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**], • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • pomidor 60g, • 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: 2771kcal; Białko ogółem: 129,31g; Tłuszcz: 97,30g; Kw. tł. nas.: 42,34g; Węglowodany ogółem: 362,21g; W tym cukry: 84,11g; Błonnik: 35,89g; Sól: 5,27g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Środa, 03.06.2026 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 – 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,	• 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], • **jaja** gotowane 2 szt., • Sos musztardowy 50ml [woda, marchew, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet	• 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**), • gulasz wieprzowy z warzywami 180g łopatka wieprzowa b/k (26,7%), marchew, karkówka wieprzowa z/k (11,1%), **seler** korzeń, kalafior mrożony, pieczarki mrożone, papryka mrożona, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, majeranek], • 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%),

substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • ogórek świeży 60g, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny) (7%), **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, pieprz czarny mielony], • Ziemniaki 200g, • Surówka z marchwi 120g [marchew (77,7%), jabłko, śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), natka pietruszki, cukier, kwasek cytrynowy, sól], • woda*.	kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2392kcal; Białko ogółem: 113,39g; Tłuszcz: 97,12g; Kw. tł. nas.: 36,96g; Węglowodany ogółem: 285,12g; W tym cukry: 61,75g; Błonnik: 39,91g; Sól: 5,86g		
Środa, 03.06.2026 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**), • 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**], • dżem owocowy 30g [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)].	• 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], • Budyń z morszczuka ze szpinakiem gotowany 200g [filet z **morszczuka** (65,4%), szpinak mrożony (13,1%), **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), natka pietruszki, sól], • Sos cytrynowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kwasek cytrynowy (<1%), sól], • Ziemniaki 200g, • Seler gotowany 120g [**seler** (95,2%), masło (z **mleka**), cukier], • 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**), • 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: 2006kcal; Białko ogółem: 88,34g; Tłuszcz: 69,01g; Kw. tł. nas.: 34,93g; Węglowodany ogółem: 273,37g; W tym cukry: 64,97g; Błonnik: 34,30g; Sól: 9,39g		

<table>
<tr><th colspan="3">Środa, 03.06.2026 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),
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],
dżem owocowy 30g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy],
roszponka 5g,
herbata czarna 250ml.

II śniadanie:

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]

</td>
<td>

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],
Budyń z morszczuka ze szpinakiem gotowany 200g [filet z morszczuka (65,4%), szpinak mrożony (13,1%), jaja kurze, chleb pszenny (mąka pszenna (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka żytnia (1%), kwas askorbinowy), natka pietruszki, sól],
Sos cytrynowy 50ml [woda, marchew, seler korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z mleka), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mleko 2%, mąka pszenna, kwasek cytrynowy (<1%), sól],
Ziemniaki 200g,
Seler gotowany 120g [seler (95,2%), masło (z mleka), cukier],
woda*.

Podwieczorek:

galaretka owocowa 150g [woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)]

</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),
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],
jogurt naturalny 150g [mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych],
herbata czarna 250ml.

</td>
</tr>
<tr><td colspan="3">Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2097kcal; Białko ogółem: 89,23g; Tłuszcz: 67,30g; Kw. tł. nas.: 33,75g; Węglowodany ogółem: 299,20g; W tym cukry: 69,01g; Błonnik: 34,60g; Sól: 9,51g</td></tr>
<tr><th colspan="3">Środa, 03.06.2026 Dieta niskotłuszczowa</th></tr>
<tr>
<td>

Płatki owsiane na mleku 300ml [mleko (76,9%), woda, płatki owsiane górskie (7,7%), sól],

</td>
<td>

Krupnik 300ml [woda, ziemniaki, marchew, mleko 2%, seler korzeń, korpusy z kurczaka, kasza jęczmienna

</td>
<td>

Chleb pszenny 72g[mąka pszenna (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka żytnia (1%), kwas

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

• 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, 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**], • dżem owocowy 30g [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)].	(6,7%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cebula, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy], • Budyń z morszczuka ze szpinakiem gotowany 200g [filet z **morszczuka** (65,4%), szpinak mrożony (13,1%), **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), natka pietruszki, sól], • Sos cytrynowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kwasek cytrynowy (<1%), sól], • Ziemniaki 200g, • Seler gotowany 120g [**seler** (95,2%), masło (z **mleka**), cukier], • woda*.	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: 1932kcal; Białko ogółem: 88,26g; Tłuszcz: 60,75g; Kw. tł. nas.: 29,45g; Węglowodany ogółem: 273,29g; W tym cukry: 64,91g; Błonnik: 34,30g; Sól: 9,39g		
Środa, 03.06.2026 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%,	• 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], • Budyń z morszczuka ze szpinakiem duszony 200g [filet z **morszczuka** (65,4%), szpinak mrożony (13,1%), **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas	• 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 jarzynowa 180g [marchew, ziemniaki, **seler** korzeń, brokuły mrożone, **jajo**, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy,

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, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	askorbinowy), natka pietruszki, sól], • Sos cytrynowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kwasek cytrynowy (<1%), sól], • Ziemniaki 200g, • Surówka z marchwi 120g [marchew (77,7%), jabłko, śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), natka pietruszki, cukier, kwasek cytrynowy, sól] • woda*.	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: 2136kcal; Białko ogółem: 94,25g; Tłuszcz: 75,24g; Kw. tł. nas.: 28,53g; Węglowodany ogółem: 285,79g; W tym cukry: 62,95g; Błonnik: 35,16g; Sól: 7,81g		
Środa, 03.06.2026 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 – 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**],	• 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], • Budyń z morszczuka ze szpinakiem duszony 200g [filet z **morszczuka** (65,4%), szpinak mrożony (13,1%), **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), natka pietruszki, sól], • Sos cytrynowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kwasek cytrynowy (<1%), sól], • Ziemniaki 200g, • 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 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, 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

• ogórek świeży 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 (z **mleka**), • pomidor z cebulą 120g [pomidor (88,9%), cebula (7,4%), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól]	**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]	250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2407kcal; Białko ogółem: 97,99g; Tłuszcz: 85,63g; Kw. tł. nas.: 36,6g; Węglowodany ogółem: 333,34g; W tym cukry: 62,56g; Błonnik: 52,31g; Sól: 9,8g		
Środa, 03.06.2026 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 – 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, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%),	• 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], • **jaja** gotowane 2 szt., • Sos musztardowy 50ml [woda, marchew, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny) (7%), **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, pieprz czarny mielony], • Ziemniaki 200g,	• 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**), • gulasz wieprzowy z warzywami 180g łopatka wieprzowa b/k (26,7%), marchew, karkówka wieprzowa z/k (11,1%), **seler** korzeń, kalafior mrożony, pieczarki mrożone, papryka mrożona, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, majeranek], • 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)], • ryż na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól] • .

kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** • 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]	• 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:** • galaretka owocowa 150g [woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)]	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2848kcal; Białko ogółem: 131,72g; Tłuszcz: 105,64g; Kw. tł. nas.: 41,78g; Węglowodany ogółem: 361,51g; W tym cukry: 89,8g; Błonnik: 41,71g; Sól: 6,31g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Czwartek, 04.06.2026 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 przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • ser żółty 40g [**mleko**, sól, stabilizator – chlorek wapnia, 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**], • papryka świeża 60g, • kawa zbożowa z mlekiem	• Zupa grysikowa 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, kasza manna **pszenna** (8,3%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Kotlet pożarski 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, bułka tarta (mąka **pszenna** (zawiera gluten), woda, sól, drożdże), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól], • Ryż biały z kurkumą 200g [woda, ryż biały (92%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), kurkuma (<1%), sól], • Surówka z czerwonej kapusty 120g [kapusta czerwona (71,4%), marchew (11,9%), jabłko, cebula, 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, • 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**], • pomidor 60g, • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2260kcal; Białko ogółem: 101,11g; Tłuszcz: 84,58g; Kw. tł. nas.: 34,68g; Węglowodany ogółem: 285,93g; W tym cukry: 75,09g; Błonnik: 25,74g; Sól: 5,75g		
Czwartek, 04.06.2026 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 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**], • twaróg 40g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • 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], • Filet drobiowy gotowany 80g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (96,2%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, majeranek], • 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, • 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**), • **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], • 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: 1834kcal; Białko ogółem: 97,87g; Tłuszcz: 56,12g; Kw. tł. nas.: 30,10g; Węglowodany ogółem: 247,25g; W tym cukry: 74,49g; Błonnik: 24,67g; Sól: 6,03g		
Czwartek, 04.06.2026 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 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko	• Zupa grysikowa 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, kasza manna **pszenna** (8,3%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Filet drobiowy gotowany 80g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (96,2%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, majeranek], • Sos koperkowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koper mrożony (3%), **mleko** 2%,	• 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],

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**], • twaróg 40g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • sałata 5g, • herbata czarna 250ml. **II śniadanie:** • sznek drożdżowy 60g (mąka **pszenna**, **mleko** 2%, drożdże, cukier, masło 82% (z **mleka**), jajo, sól)	śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, sól], • Ziemniaki 200g, • Bukiet warzyw 120g [marchew, brokuł mrożony, kalafior mrożony, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], • woda*. **Podwieczorek:** • brzoskwinia z serkiem waniliowym 150g [brzoskwinia w syropie (brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy) (53%), ser twarogowy półtłusty (**mleko** pasteryzowane, kultury bakterii fermentacji mlekowej), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cukier wanilinowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii)]	• pomidor 60g, • herbata czarna 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2246kcal; Białko ogółem: 108,11g; Tłuszcz: 65,03g; Kw. tł. nas.: 33,05g; Węglowodany ogółem: 304,73g; W tym cukry: 78,43g; Błonnik: 26,41g; Sól: 5,94g		
Czwartek, 04.06.2026 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 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**], • twaróg 40g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • sałata 5g,	• Zupa grysikowa 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, kasza manna **pszenna** (8,3%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Filet drobiowy gotowany 80g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (96,2%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, majeranek], • 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, • 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 10g (z **mleka**), • białko **jaja** faszerowane 1 szt. [białko **jaja** kurzego (52%), marchew, mięso z piersi kurczaka, pietruszka natka, sól], • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

• kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1760kcal; Białko ogółem: 97,79g; Tłuszcz: 47,86g; Kw. tł. nas.: 24,62g; Węglowodany ogółem: 247,17g; W tym cukry: 74,43g; Błonnik: 24,67g; Sól: 6,03g		
Czwartek, 04.06.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Kasza jęczmienna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza **jęczmienna** (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**), • 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**], • twaróg 40g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • papryka świeża 60g, • 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], • Filet drobiowy gotowany 80g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (96,2%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, majeranek], • 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 czerwonej kapusty 120g [kapusta czerwona (71,4%), marchew (11,9%), jabłko, cebula, 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, pieprz mielony, 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**), • **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], • 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: 1967kcal; Białko ogółem: 103,69g; Tłuszcz: 61,24g; Kw. tł. nas.: 22,52g; Węglowodany ogółem: 262,89g; W tym cukry: 76,49g; Błonnik: 26,46g; Sól: 5,18g		
Czwartek, 04.06.2026 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	• Zupa grysikowa 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, kasza manna **pszenna** (8,3%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Filet drobiowy gotowany 80g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (96,2%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól,	• 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 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**], • twaróg 40g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • papryka świeża 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 (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]	majeranek], • 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 czerwonej kapusty 120g [kapusta czerwona (71,4%), marchew (11,9%), jabłko, cebula, 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, pieprz mielony, kwasek cytrynowy, sól] • 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, pestkami słonecznika, pestkami dyni, sosem winegret 120g [sałata (51,1%), papryka konserwowa (papryka, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól, olej rzepakowy, liść laurowy, **gorczyca**, ziele angielskie) (11,4%), ogórek konserwowy (ogórki, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól, koper, **gorczyca**, liść laurowy, czosnek, ziele angielskie) (11,4%), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól) (11,4%), olej rzepakowy rafinowany 100%, nasiona słonecznika, pestki dyni, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, cukier, sól, przyprawy naturalne)]	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], • 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: 2263kcal; Białko ogółem: 110,39g; Tłuszcz: 74,46g; Kw. tł. nas.: 26,85g; Węglowodany ogółem: 308,95g; W tym cukry: 72,79g; Błonnik: 42,24g; Sól: 8,29g		
Czwartek, 04.06.2026 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	• Zupa grysikowa 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, kasza manna **pszenna** (8,3%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-

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], • 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**], • papryka świeża 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [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]	angielskie, liść laurowy], • Kotlet pożarski 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, bułka tarta (mąka **pszenna** (zawiera gluten), woda, sól, drożdże), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól], • Ryż biały z kurkumą 200g [woda, ryż biały (92%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), kurkuma (<1%), sól], • Surówka z czerwonej kapusty 120g [kapusta czerwona (71,4%), marchew (11,9%), jabłko, cebula, 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, • woda*. **Podwieczorek:** • brzoskwinia z serkiem waniliowym 150g [brzoskwinia w syropie (brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy) (53%), ser twarogowy półtłusty (mleko pasteryzowane, kultury bakterii fermentacji mlekowej), śmietana 18% (śmietanka (z mleka), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cukier wanilinowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii)]	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**], • pomidor 60g, • roszponka 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].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2738kcal; Białko ogółem: 123,83g; Tłuszcz: 96,44g; Kw. tł. nas.: 41,34g; Węglowodany ogółem: 356,42g; W tym cukry: 101,12g; Błonnik: 27,49g; Sól: 7,01g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Piątek, 05.06.2026 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%),	• Zupa pomidorowa z makaronem 300ml [woda, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (10%), korpusy z kurczaka,	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy],

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 30g [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)].	koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, lubczyk, ziel e angielskie, liść laurowy, sól], • Filet z morszczuka pieczony 80g [filet z **morszczuka** (57,8%), marchew (28,9%), **seler** korzeń (11,6%)**,** natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, majeranek], • Sos ziołowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, oregano suszone, bazylia suszone, majeranek suszony, sól], • Ziemniaki 200g, • 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 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**, ciecierzyca (ciecierzyca, woda, sól) (5%), 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], • 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: 2379kcal; Białko ogółem: 104,74g; Tłuszcz: 89,84g; Kw. tł. nas.: 34,66g; Węglowodany ogółem: 305,55g; W tym cukry: 72,13g; Błonnik: 38,71g; Sól: 5,13g		
Piątek, 05.06.2026 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], • masło 15g (z **mleka**), • twaróg 80g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • roszponka 5g, • dżem owocowy 30g [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%)	• Barszcz z warzywami 300ml [woda, buraki (40%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, brokuł mrożony, kalafior mrożony, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy], • Ryż mleczny z musem jabłkowym 250g [**mleko** 2% (34,4%), jabłka (34,4%), ryż biały, woda, cukier, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier waniliowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii)], • Sos waniliowym 50ml [**mleko** 2%, cukier, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat,	• 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 z morszczuka z warzywami 130g [wywar, filet z **morszczuka** (24,4%), marchew, **seler** korzeń, brokuł mrożony, żelatyna spożywcza, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy], • 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)].

(zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	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*.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2221kcal; Białko ogółem: 94,82g; Tłuszcz: 65,81g; Kw. tł. nas.: 37,84g; Węglowodany ogółem: 322,70g; W tym cukry: 118,02g; Błonnik: 25,59g; Sól: 5,44g		
Piątek, 05.06.2026 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**), • twaróg 80g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • roszponka 5g, • dżem owocowy 30g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy], • 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]	• Barszcz z warzywami 300ml [woda, buraki (40%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, brokuł mrożony, kalafior mrożony, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy], • Ryż mleczny z musem jabłkowym 250g [**mleko** 2% (34,4%), jabłka (34,4%), ryż biały, woda, cukier, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier waniliowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii)], • Sos 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:** • kisiel z jabłkiem 150g [woda, jabłko (31,9%), cukier, skrobia ziemniaczana, kisiel owocowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, aromat, sól, suszony koncentrat soku	• 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 z morszczuka z warzywami 130g [wywar, filet z **morszczuka** (24,4%), marchew, **seler** korzeń, brokuł mrożony, żelatyna spożywcza, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy], • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • herbata czarna 250ml.

	wiśniowego 0,1%, barwnik: kwas karminowy), kwasek cytrynowy]	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2437kcal; Białko ogółem: 96,35g; Tłuszcz: 65,51g; Kw. tł. nas.: 37,33g; Węglowodany ogółem: 377,29g; W tym cukry: 148,64g; Błonnik: 27,26g; Sól: 6,49g		
Piątek, 05.06.2026 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**), • twaróg 80g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), • roszponka 5g, • dżem owocowy 30g [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)].	• Barszcz z warzywami 300ml [woda, buraki (40%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, brokuł mrożony, kalafior mrożony, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy], • Ryż mleczny z musem jabłkowym 250g [**mleko** 2% (34,4%), jabłka (34,4%), ryż biały, woda, cukier, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier waniliowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii)], • Sos 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*.	• 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 z morszczuka z warzywami 130g [wywar, filet z **morszczuka** (24,4%), marchew, **seler** korzeń, brokuł mrożony, żelatyna spożywcza, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy], • 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: 2147kcal; Białko ogółem: 94,74g; Tłuszcz: 57,55g; Kw. tł. nas.: 32,36g; Węglowodany ogółem: 322,62g; W tym cukry: 117,96g; Błonnik: 25,59g; Sól: 5,44g		
Piątek, 05.06.2026 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%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • twaróg 80g (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury	• Barszcz z warzywami 300ml [woda, buraki (40%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, brokuł mrożony, kalafior mrożony, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy], • Ryż mleczny z musem jabłkowym 250g [**mleko** 2% (34,4%), jabłka (34,4%), ryż biały, woda, cukier, masło 82% tłuszczu (z **mleka**),	• 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 z morszczuka z warzywami 130g [wywar, filet z **morszczuka** (24,4%), marchew, **seler** korzeń, brokuł mrożony, żelatyna spożywcza, natka pietruszki, sól, kwasek

bakterii), • roszponka 5g, • ogórek świeży 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	cukier waniliowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii)], • Sos 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 waniliowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii) (<1%)] • woda*.	cytrynowy], • 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: 2302kcal; Białko ogółem: 101,45g; Tłuszcz: 68,40g; Kw. tł. nas.: 32,21g; Węglowodany ogółem: 331,05g; W tym cukry: 103,95g; Błonnik: 26,88g; Sól: 4,94g		
Piątek, 05.06.2026 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), • roszponka 5g, • ogórek 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 (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	• Barszcz z warzywami 300ml [woda, buraki (40%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, brokuł mrożony, kalafior mrożony, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy], • Ryż mleczny z musem jabłkowym 250g [**mleko** 2% (34,4%), jabłka (34,4%), ryż biały, woda, cukier, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier waniliowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii)], • Sos 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 waniliowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii) (<1%)], • woda*. **Podwieczorek:** • Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy],	• 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 z morszczuka z warzywami 130g [wywar, filet z **morszczuka** (24,4%), marchew, **seler** korzeń, brokuł mrożony, żelatyna spożywcza, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy], • 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)].

(kwasek cytrynowy), kukurydza konserwowa, sól]	• masło 5g (z **mleka**), • surówka z kiszonej kapusty 120g [kapusta kiszona (kapusta biała, marchew 5%, sól) (72,5%), marchew, cebula, cukier, sól]	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2347kcal; Białko ogółem: 111,83g; Tłuszcz: 77,30g; Kw. tł. nas.: 32,86g; Węglowodany ogółem: 325,25g; W tym cukry: 58,06g; Błonnik: 56,70g; Sól: 6,56g		
Piątek, 05.06.2026 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 30g [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)]. **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]	• Zupa pomidorowa z makaronem 300ml [woda, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (10%), korpusy z kurczaka, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, lubczyk, ziel e angielskie, liść laurowy, sól], • Filet z morszczuka pieczony 80g [filet z **morszczuka** (57,8%), marchew (28,9%), **seler** korzeń (11,6%)**,** natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, majeranek], • Sos ziołowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, oregano suszone, bazylia suszone, majeranek suszony, sól], • Ziemniaki 200g, • 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:** • kisiel z jabłkiem 150g [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]	• 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**, ciecierzyca (ciecierzyca, woda, sól) (5%), 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], • 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)], • kasza kukurydziana na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, kasza kukurydziana (8%) sól].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2929kcal; Białko ogółem: 123,25; Tłuszcz: 98,89g; Kw. tł. nas.: 39,51g; Węglowodany ogółem: 406,93g; W tym cukry: 124,8g; Błonnik: 43,56g; Sól: 6,56g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Sobota, 06.05.2026 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**), 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 60g, • rukola 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], • Budyń wieprzowo-drobiowy z włoszczyzną pieczona 100g[łopatka wieprzowa b/k (26,7%), karkówka wieprzowa z/k (16,7%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (13,3%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,7%), **seler** korzeń (6,7%), natka pietruszki, sól, pieprz czarny mielony], • 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 jęczmienna 200g [woda, kasza **jęczmienna (91%)**, olej rzepakowy rafinowany 100%, sól], • Ćwikła 120g [buraki (84,7%), chrzan konserwowy (świeży korzeń chrzanu 62%, woda, olej rzepakowy, cukier, ocet spirytusowy, regulator kwasowości – kwas cytrynowy, sól, substancja konserwująca – **pirosiarczyn** sodu), cebula, olej rzepakowy rafinowany 100 %, 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**), • **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], • papryka świeża 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2147kcal; Białko ogółem: 91,88g; Tłuszcz: 89,30g; Kw. tł. nas.: 33,16g; Węglowodany ogółem: 257,21g; W tym cukry: 52,45g; Błonnik: 29,42g; Sól: 4,73g		
Sobota, 06.05.2026 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	• 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	• 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

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], • wędlina drobiowa – krakowska 20g [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, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	**pszenna**, olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Rolada 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 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, • Marchew gotowana 120g [marchew (95%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], • woda*.	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, • galaretka mleczna 150g **[mleko** 2%, woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1890kcal; Białko ogółem: 96,93g; Tłuszcz: 68,11g; Kw. tł. nas.: 34,22g; Węglowodany ogółem: 235,72g; W tym cukry: 51,97g; Błonnik: 26,31g; Sól: 6,59g		
Sobota, 06.05.2026 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**), • 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],	• 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 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],	• 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:

• wędlina drobiowa – krakowska 20g [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, • herbata czarna 250ml. **II śniadanie:** • jabłko pieczone 200g	• 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, • Marchew gotowana 120g [marchew (95%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], • woda*. **Podwieczorek:** • serek homogenizowany waniliowy 150g **(mleko, śmietanka,** cukier, aromat waniliowy,, kultury bakterii mlekowych)	azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**], • sałata 5g, • galaretka mleczna 150g **[mleko** 2%, woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)], • herbata czarna 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2055kcal; Białko ogółem: 102,10g; Tłuszcz: 72,39g; Kw. tł. nas.: 36,87g; Węglowodany ogółem: 264,88g; W tym cukry: g; Błonnik: 29,53g; Sól: 6,65g		
Sobota, 06.05.2026 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**), • 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], • wędlina drobiowa – krakowska 20g [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:	• 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 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 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, • Marchew gotowana 120g [marchew (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**], • sałata 5g, • galaretka mleczna 150g **[mleko** 2%, woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**),

selera, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].		cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1816kcal; Białko ogółem: 96,85g; Tłuszcz: 59,85g; Kw. tł. nas.: 28,74g; Węglowodany ogółem: 235,64g; W tym cukry: 51,91g; Błonnik: 26,31g; Sól: 6,59g		
Sobota, 06.05.2026 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**), • 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, • rukola 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 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 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, • 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**), • 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, • papryka świeża 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1902kcal; Białko ogółem: 92,39g; Tłuszcz: 66,58g; Kw. tł. nas.: 25,91g; Węglowodany ogółem: 247,12g; W tym cukry: 52,22g; Błonnik: 28,99g; Sól: 4,79g		
Sobota, 06.05.2026 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],	• 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	• 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**), • 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, • 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 (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]	rafinowany 100%, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Rolada 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 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, • 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:** • 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 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]	• 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**], • sałata 5g, • papryka świeża 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2093kcal; Białko ogółem: 95,28g; Tłuszcz: 72,19g; Kw. tł. nas.: 30,14g; Węglowodany ogółem: 285,28g; W tym cukry: 46,24g; Błonnik: 42,13g; Sól: 7,39g		
Sobota, 06.05.2026 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],	• 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	• 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 – 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 60g, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** • jabłko pieczone 200g	pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Rolada wieprzowo-drobiowa z włoszczyzną pieczona 100g[łopatka wieprzowa b/k (26,7%), karkówka wieprzowa z/k (16,7%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (13,3%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, marchew (6,7%), **seler** korzeń (6,7%), natka pietruszki, sól, pieprz czarny mielony], • 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 jęczmienna 200g [woda, kasza **jęczmienna (91%)**, olej rzepakowy rafinowany 100%, sól], • Ćwikła 120g [buraki (84,7%), chrzan konserwowy (świeży korzeń chrzanu 62%, woda, olej rzepakowy, cukier, ocet spirytusowy, regulator kwasowości – kwas cytrynowy, sól, substancja konserwująca – **pirosiarczyn** sodu), cebula, olej rzepakowy rafinowany 100 %, cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*. **Podwieczorek:** • serek homogenizowany waniliowy 150g **(mleko, śmietanka,** cukier, aromat waniliowy, kultury bakterii mlekowych)	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], • papryka świeża 60g, • 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: 2634kcal; Białko ogółem: 113,87g; Tłuszcz: 102,86g; Kw. tł. nas.: 41,21g; Węglowodany ogółem: 328,50g; W tym cukry: 103,62g; Błonnik: 33,92g; Sól: 5,17g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Niedziela, 07.06.2026 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-	• Ryżanka 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, ryż biały długoziarnisty (10%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Udziec z kurczaka pieczony 100g [udziec z kurczaka (97,8%), olej rzepakowy	• 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], • 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**], • ogórek świeży 60g, • roszponka 5g, • 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)].	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], • woda*.	askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (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, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać: **gluten**, **mleko**, **gorczycę**], • 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: 2133kcal; Białko ogółem: 108,66g; Tłuszcz: 78,40g; Kw. tł. nas.: 33,83g; Węglowodany ogółem: 261,51g; W tym cukry: 60,7g; Błonnik: 29,33g; Sól: 5,58g		
Niedziela, 07.06.2026 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**), • 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**),	• Ryżanka 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, ryż biały długoziarnisty (10%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Schab gotowany 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, • Buraki puree 120g [buraki (93,2%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól, kwasek	• 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,

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**], • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	cytrynowy], • woda*.	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, • 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: 1816kcal; Białko ogółem: 99,62g; Tłuszcz: 66,15g; Kw. tł. nas.: 32,92g; Węglowodany ogółem: 215,74g; W tym cukry: 53,36g; Błonnik: 24,59g; Sól: 5,64g		
Niedziela, 07.06.2026 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**), • 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**], • roszponka 5g, • herbata czarna 250ml. **II śniadanie:** • budyń śmietankowy z musem owocowym 150g **[mleko** 2%, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia	• Ryżanka 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, ryż biały długoziarnisty (10%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Schab gotowany 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, • Buraki puree 120g [buraki (93,2%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*. **Podwieczorek:** • galaretka owocowa 150g [woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)]	• 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, • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • herbata czarna 250ml.

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]		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1816kcal; Białko ogółem: 98,78g; Tłuszcz: 64,44g; Kw. tł. nas.: 31,74g; Węglowodany ogółem: 221,12g; W tym cukry: 57,7g; Błonnik: 23,92g; Sól: 5,78g		
Niedziela, 07.06.2026 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**), • 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**], • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Ryżanka 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, ryż biały długoziarnisty (10%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Schab gotowany 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, • 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**), • 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, • 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: 1742kcal; Białko ogółem: 99,54g; Tłuszcz: 57,89g; Kw. tł. nas.: 27,44g; Węglowodany ogółem: 215,66g; W tym cukry: 53,3g; Błonnik: 24,59g; Sól: 5,64g		
Niedziela, 07.06.2026 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	• Ryżanka 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, ryż biały długoziarnisty (10%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy],	• 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), • 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 świeży 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• 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, • 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 – 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, • 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: 1925kcal; Białko ogółem: 105,7g; Tłuszcz: 69,62g; Kw. tł. nas.: 24,88g; Węglowodany ogółem: 229,74g; W tym cukry: 53,63g; Błonnik: 26,45g; Sól: 4,88g		
Niedziela, 07.06.2026 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), • 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,	• Ryżanka 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, ryż biały długoziarnisty (10%), 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, • Sałatka z buraka 120g [buraki (84,6%), jabłko, olej rzepakowy rafinowany 100%, cukier, sól, kwasek cytrynowy] • woda*. **Podwieczorek:**	• 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,

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, • 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**), • pomidor z cebulą 120g [pomidor (88,9%), cebula (7,4%), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól]	• 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 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]	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, • 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: 2424kcal; Białko ogółem: 120,30g; Tłuszcz: 82,25g; Kw. tł. nas.: 33,12g; Węglowodany ogółem: 320,09g; W tym cukry: 66,25g; Błonnik: 45,30g; Sól: 8,51g		
Niedziela, 07.06.2026 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**), • 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:	• Ryżanka 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, ryż biały długoziarnisty (10%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • Udziec z kurczaka pieczony 100g [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], • woda*. **Podwieczorek:** • galaretka owocowa 150g [woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat,	• 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), • 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**],

E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • ogórek świeży 60g, • roszponka 5g, • 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)]. **II śniadanie:** • 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]	barwnik: kurkumina / annato)]	• 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: 2489kcal; Białko ogółem: 125,49g; Tłuszcz: 87,35g; Kw. tł. nas.: 38,72g; Węglowodany ogółem: 313,74g; W tym cukry: 93,7g; Błonnik: 30,10g; Sól: 7,02g		
* woda pitna dostępna na oddziałach Chojnice, 28.05.2026 sporządziła: dietetyczka Monika Ryduchowska		

* jadłospis może ulec zmianie z przyczyn losowych