

Data-Dzień 13.04.2026r Poniedziałek	Dieta podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE) szynka konserwowa 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) dżem 25g pomidor koktajlowy 50g margaryna roślinna 80% 15g bułka pszenna 30g (GLU PSZ) pieczywo mieszane pszenno żytnie 50g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) szynka konserwowa 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) powidło bez cukru 50g pomidor koktajlowy 50g margaryna roślinna 80%15g bułka graham 50g (GLU PSZ GLU ŻYT) pieczywo graham 50g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata b.c. z cytryną 250 ml II śniadanie: Szynka 30g (SOJ) + Chleb graham 25g (GLU PSZ GLU ŻYT)	Ryż na mleku 300 ml (MLE) szynka konserwowa 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) dżem 25g pomidor koktajlowy 50g margaryna roślinna 80% 15g bułka pszenna 30g (GLU PSZ) pieczywo mieszane pszenno żytnie 50g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml
Obiad	Jarzynowa z ziemniakami 350 ml (MLE GLU PSZ SEL) gulasz z mięsa od szynki 150g (GLU PSZ) kasza na sypko 150g (GLU JĘCZ) surówka z kiszonej kapusty 150g surówka z marchewki 150g sałata zielona 10g kompot z owoców mieszanych 250 ml Woda mineralna 500 ml	Jarzynowa z ziemniakami 350 ml (MLE GLU PSZ SEL) gulasz z mięsa od szynki dietetyczny 150g (GLU PSZ MLE SEL) kasza gryczana na sypko 150g surówka z marchewki 150g sałata zielona 10g kompot b.c. z owoców mieszanych 250 ml Woda mineralna 500 ml Podwieczorek: Jabłko 200g	Jarzynowa z ziemniakami, 350 ml (MLE GLU PSZ SEL) gulasz z mięsa od szynki 150g (GLU PSZ MLE SEL) kasza na sypko 150g (GLU JĘCZ) surówka z marchewki 150g sałata zielona 10g kompot z owoców mieszanych 250 ml Woda mineralna 500 ml
Kolacja	kiełbasa krakowska z fileta 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) serek Almette 30g (MLE) mix sałat 20g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml	kiełbasa krakowska z fileta 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) serek Almette 30g (MLE) masło extra 82 % 10g (MLE) mix sałat 20g pieczywo graham 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata b.c. z cytryną 250 ml	kiełbasa krakowska z fileta 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) serek Almette 30g (MLE) masło extra 82 % 10g (MLE) mix sałat 20g pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml
PD	Jogurt owocowy 150g (MLE)	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Jogurt owocowy 150g (MLE)
	E:1973,02 B:79,09 T:66,06 W:279,13 w tym cukry:75,87 kw.tł:22,28 Bł:27,07 sól:5,99	E:2074,75 B:96,28 T:59,71 W:306,46 w tym cukry:66,57 kw.tł:22,85 Bł:36,98 sól:5,74	E:1822,60 B:77,20 T:54,16 W:268,52 w tym cukry:70,64 kw.tł:21,78 Bł:23,30 sól:5,21

<p>Data-Dzień 14.04.2026 Wtorek</p>	<p>Dieta podstawowa</p>	<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p>	<p>Dieta łatwostrawna</p>
<p>Śniadanie</p>	<p>Kukurydzianka na mleku 300 ml (MLE) szynka naturalna 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) pasta z jaj z ziel. 80g (MLE JAJ GOR) mandarynka 120g papryka czerwona 50g margaryna roślinna 80% 15g bułka pszenna 30g (GLU PSZ) pieczywo mieszane pszenno żytnie 50g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml</p>	<p>Kukurydzianka na mleku 300 ml (MLE) szynka naturalna 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) pasta z jaj z ziel. 80g (MLE JAJ GOR) mandarynka 120g pomidor koktajlowy 50g margaryna roślinna 80% 15g bułka grahamka 50g (GLU PSZ GLU ŻYT) pieczywo graham 50g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata b.c. z cytryną 250 ml II śniadanie: Szynka 30g (SOJ) + Chleb graham 25g (GLU PSZ GLU ŻYT)</p>	<p>Kukurydzianka na mleku 300 ml (MLE) szynka naturalna 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) pasta z jaj z ziel. 80g (MLE JAJ GOR) mandarynka 120g pomidor koktajlowy 50g margaryna roślinna 80% 15g bułka pszenna 30g (GLU PSZ) pieczywo mieszane pszenno żytnie 50g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml</p>
<p>Obiad</p>	<p>Ogórkowa z ryżem 350 ml (GLU PSZ MLE SEL) kotlet pożarski 120g (JAJ GLU PSZ) sałatka z rukoli, fety i buraka 150g (MLE GOR) ziemniaki z koperkiem 180g kompot z owoców mieszanych 250 ml Woda mineralna 500 ml</p>	<p>Ryżowa 350 ml (GLU PSZ MLE SEL) klops drobiowy 85g (GLU PSZ JAJ) sos koperkowy 100g (MLE GLU PSZ) sałatka z mozzarella i burakiem 150g (GOR MLE) ziemniaki z koperkiem 180g kompot b. c. z owoców mieszanych 250 ml Woda mineralna 500 ml Podwieczorek: Kisiel 150ml</p>	<p>Ryżowa 350 ml (GLU PSZ MLE SEL) klops drobiowy 85g (GLU PSZ JAJ) sos koperkowy 100 g (MLE GLU PSZ) sałatka z mozzarella i burakiem 150g (GOR MLE) ziemniaki z koperkiem 180g kompot z owoców mieszanych 250 ml Woda mineralna 500 ml</p>
<p>Kolacja</p>	<p>Kiełbasa żywiecka 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) ser żółty 40g (MLE) pomidor 100g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml</p>	<p>Kiełbasa żywiecka 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) serek śmietankowy 20g (MLE) pomidor 100g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo graham 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata b.c. z cytryną 250 ml</p>	<p>Kiełbasa żywiecka 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) serek śmietankowy 20g (MLE) pomidor 100g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml</p>
<p>PD</p>	<p>Grani 150g (MLE)</p>	<p>Grani 150g (MLE)</p>	<p>Grani 150g (MLE)</p>
	<p>E:2604,07 B:125,28 T:107,81 W:298,58 w tym cukry:85,71 kw.tł:38,19 Bł:30,09 sól:8,98</p>	<p>E:2316,09 B:121,76 T:80,16 W:293,49 w tym cukry:62,03 kw.tł:31,01 Bł:32,37 sól:8,06</p>	<p>E:2413,69 B:119,62 T:79,18 W:320,23 w tym cukry:83,70 kw.tł:30,40 Bł:28,44 sól:7,06</p>

Data-Dzień 15.04.2026 Środa	Dieta podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU JECZ GLU PSZ MLE) udziec z indyka w galarecie 60g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) ogórek konserwowy 100g serek almette 30g (MLE) margaryna roślinna 80% 15g bułka pszenna 30g (GLU PSZ) pieczywo mieszane pszenno żytnie 50g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU JECZ GLU PSZ MLE) udziec z indyka w galarecie 60g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) sałata zielona 10g serek almette 30g (MLE) margaryna roślinna 80% 15g bułka grahamka 50g (GLU PSZ GLU ŻYT) pieczywo graham 50g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata b.c. z cytryną 250 ml II śniadanie: Szynka 30g (SOJ) + Chleb graham 25g (GLU PSZ GLU ŻYT)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU JECZ MLE GLU PSZ) udziec z indyka w galarecie 60g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) sałata zielona 10g serek almette 30g (MLE) margaryna roślinna 80% 15g bułka pszenna 30g (GLU PSZ) pieczywo mieszane pszenno żytnie 50g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml
Obiad	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU PSZ SEL MLE JAJ) pieczeń ze schabu 70g sos własny 100g (GLU PSZ) surówka z kapusty pekińskiej 120g (GOR) ziemniaki z koperkiem 180g kompot z owoców mieszanych 250 ml Woda mineralna 500 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU PSZ SEL MLE JAJ) pieczeń ze schabu 70g sos własny 100g (GLU PSZ) surówka z kapusty pekińskiej 120g (GOR) ziemniaki z koperkiem 180g kompot b. c. z owoców mieszanych 250 ml Woda mineralna 500 ml Podwieczorek: Kiwi 120g	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU PSZ SEL MLE JAJ) pieczeń ze schabu 70g sos własny 100g (GLU PSZ) surówka z kapusty pekińskiej 120g (GOR) ziemniaki z koperkiem 180g kompot z owoców mieszanych 250 ml Woda mineralna 500 ml
Kolacja	Szynka gotowana 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Serek homogenizowany 150g (MLE) pomidor 100g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml	Szynka gotowana 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Serek homogenizowany 150g (MLE) pomidor 100g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo graham 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata b.c. z cytryną 250 ml	Szynka gotowana 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Serek homogenizowany 150g (MLE) pomidor 100g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml
PD	Kefir 200g (MLE) + Chleb Waza 20g (GLU ŻYT GLU PSZ MLE)	Kefir 200g (MLE) + Chleb Waza 20g (GLU ŻYT GLU PSZ MLE)	Kefir 200g (MLE) + Chleb Waza 20g (GLU ŻYT GLU PSZ MLE)
	E:2212,49 B:109,26 T:71,67 W:294,88 w tym cukry:73,83 kw.tł:24,26 Bł:22,99 sól:7,98	E:2183,07 B:119,44 T:67,48 W:291,43 w tym cukry:50,44 kw.tł:24,52 Bł:32,84 sól:8,13	E:2202,66 B:110,56 T:64,95 W:306,32 w tym cukry:69,39 kw.tł:23,85 Bł:23,16 sól:7,01

Data-Dzień 16.04.2026r Czwartek	Dieta podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	<p>Owsianka na mleku 300g (GLU PSZ GLU OWS MLE) kiełbasa drobiowa z fileta 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) serek mozzarella 30g (MLE) mix sałat 20g oliwki 20g papryka 50g margaryna roślinna 80% 15g bułka pszenna 30g (GLU PSZ) pieczywo mieszane pszenno żytnie 50g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml</p>	<p>Owsianka na mleku 300g (GLU PSZ GLU OWS MLE) kiełbasa drobiowa z fileta 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) serek mozzarella 30g (MLE) mix sałat 20g pomidor koktajlowy 50g margaryna roślinna 80% 15g bułka grahamka 50g (GLU PSZ GLU ŻYT) pieczywo graham 50g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata b.c. z cytryną 250 ml II śniadanie: Szynka 30g (SOJ) + Chleb graham 25g (GLU PSZ GLU ŻYT)</p>	<p>Owsianka na mleku 300g (GLU PSZ GLU OWS MLE) kiełbasa drobiowa z fileta 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) serek mozzarella 30g (MLE) mix sałat 20g pomidor koktajlowy 50g margaryna roślinna 80% 15g bułka pszenna 30g (GLU PSZ) pieczywo mieszane pszenno żytnie 50g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml</p>
Obiad	<p>Żurek z ziemniakami 350 ml (GLU PSZ GLU OWS SEL MLE) kurczak po wietnamsku 150g (SOJ) ryż 150g surówka z marchewki 150g sałata zielona 10g kompot z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml</p>	<p>Żurek z ziemniakami 350 ml (GLU PSZ GLU OWS SEL MLE) filet z kurczaka w sosie pomidorowo- warzywnym 200g ryż 150g surówka z marchewki 150g sałata zielona 10g kompot b.c. z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml II podwieczorek: Pomarańcza 250g</p>	<p>Żurek z ziemniakami 350 ml (GLU PSZ GLU OWS SEL MLE) filet z kurczaka w sosie pomidorowo- warzywnym 200g ryż 150g surówka z marchewki 150g sałata zielona 10g kompot z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml</p>
Kolacja	<p>Polędwica sopocka 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Serek Hochland 22,5 (MLE) pomidor 100g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml</p>	<p>Polędwica sopocka 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) pomidor 100g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo graham 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata b.c. z cytryną 250 ml</p>	<p>Polędwica sopocka 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) pomidor 100g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml</p>
PD	Jogurt pitny 150ml (MLE)	Jogurt owocowy bez cukru 150g (MLE)	Jogurt pitny 150ml (MLE)
	E:2380,63 B:107,34 T:66,61 W:353,08 w tym cukry:76,03 kw.tł:24,16 Bł:29,42 sól:9,10	E:2172,78 B:110,76 T:50,52 W:337,50 w tym cukry:52,05 kw.tł:20,13 Bł:36,57 sól:5,88	E:2145,18 B:98,16 T:49,00 W:342,80 w tym cukry:65,33 kw.tł:19,87 Bł:28,82 sól:4,71

Data-Dzień 17.04.2026r Piątek	Dieta podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	<p>Jajko gotowane 1 szt klasa L (JAJ) sałata masłowa 10g rzodkiewki 20g serek Almette 30g (MLE) mus owocowy 100g margaryna roślinna 80% 15g pieczywo mieszane pszenno żytnie 50g (GLU PSZ GLU ŻYT) bułka pszenna 30g (GLU PSZ) kawa biała inka 250 ml (MLE GLU ŻYT GLUJĘCZ)</p>	<p>Jajko gotowane 1 szt klasa L (JAJ) sałata masłowa 10g mus owocowy 100g pomidor 50g serek Almette 30g (MLE) margaryna roślinna 80% 15g pieczywo graham 50g (GLU PSZ GLU ŻYT) bułka graham 50g (GLU PSZ GLU ŻYT) kawa biała inka b.c. 250 ml (MLE GLU ŻYT GLU JĘCZ)</p> <p>II śniadanie: Serek śmietankowy 20g (MLE) + Chleb graham 25g (GLU PSZ GLU ŻYT)</p>	<p>Jajko gotowane 1 szt klasa L (JAJ) sałata masłowa 10g mus owocowy 100g pomidor 50g serek Almette 30g (MLE) margaryna roślinna 80% 15g pieczywo mieszane pszenno żytnie 50g (GLU PSZ GLU ŻYT) bułka pszenna 30g (GLU PSZ) kawa biała inka 250 ml (MLE GLU ŻYT GLU JĘCZ)</p>
Obiad	<p>Pieczarkowa z makaronem 350 ml (GLU PSZ SEL MLE JAJ) ryba smażona miruna 140g (GLU PSZ JAJ RYB MLE) surówka z czerwonej kapusty 150g ziemniaki z koperkiem 180g kompot z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml</p>	<p>Jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU PSZ SEL MLE JAJ) ryba pieczona miruna 100g (RYB) sos grecki 100g (GLU PSZ SEL) sałata lodowa 20g ziemniaki z koperkiem 180g kompot b.c. z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml</p> <p>Podwieczorek: Gruszka 200g</p>	<p>Jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU PSZ SEL MLE JAJ) ryba pieczona miruna 100g (RYB) sos grecki 100g (GLU PSZ SEL) sałata lodowa 20g ziemniaki z koperkiem 180g kompot z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml</p>
Kolacja	<p>Serek Grani 150g (MLE) miód 25g pomidor koktajlowy 100g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml</p>	<p>Serek Grani 150g (MLE) pomidor koktajlowy 100g powidło bez cukru 50g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo graham 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata b.c. z cytryną 250 ml</p>	<p>Serek Grani 150g (MLE) pomidor koktajlowy 100g miód 25g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml</p>
PD	Sok pomidorowy 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml
	E:2311,88 B:97,10 T:79,09 W:317,99 w tym cukry:102,95 kw.tł:21,99 Bł:29,46 sól:6,31	E:2132,89 B:104,13 T:60,75 W:312,80 w tym cukry:102,15 kw.tł:22,11 Bł:40,32 sól:7,28	E:2117,73 B:95,19 T:59,53 W:317,11 w tym cukry:115,85 kw.tł:21,82 Bł:32,72 sól:6,68

Data-Dzień 18.04.2026r Sobota	Dieta podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ MLE JAJ) polędwica drobiowa 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) jogurt pitny 150 ml (MLE) ogórek świeży 100g margaryna 80% 15g pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ MLE JAJ) polędwica drobiowa 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) sałata lodowa 20g jogurt bez cukru 150 ml (MLE) pomidor koktajlowy 100g margaryna 80% 15g pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml II śniadanie: Szynka 30g (SOJ) + Chleb graham 25g (GLU PSZ GLU ŻYT)	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ MLE JAJ) polędwica drobiowa 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) sałata lodowa 20g jogurt pitny 150 ml (MLE) pomidor koktajlowy 100g margaryna 80% 15g pieczywo graham 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml
Obiad	Krupnik 350 ml (GLU JĘCZ GLU PSZ SEL MLE) befsztyk po poznańsku 70g (JAJ GLU PSZ) + sos własny 100g (GLU PSZ) bukiet warzyw gotowany (kalafior, brokuł, marchew) 150g ziemniaki z koperkiem 180g mandarynka 120g kompot z owoców mieszanych 250 ml	Krupnik 350 ml (GLU JĘCZ GLU PSZ SEL MLE) potrawka wołowa 150g (GLU PSZ MLE SEL) bukiet warzyw gotowany (kalafior, brokuł, marchew) 150g ziemniaki z koperkiem 180g mandarynka 120g kompot z owoców mieszanych 250ml Podwieczorek: Chrupki 15g	Krupnik 350 ml (GLU JĘCZ GLU PSZ SEL MLE) potrawka wołowa 150g (GLU PSZ MLE SEL) bukiet warzyw gotowany (kalafior, brokuł, marchew) 150g ziemniaki z koperkiem 180g mandarynka 120g kompot z owoców mieszanych 250ml
Kolacja	kielbasa krakowska sucha 40g (SOJ) serek Almette 30g (MLE) papryka świeża 100g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml	kielbasa krakowska sucha 40g (SOJ) serek Almette 30g (MLE) pomidor 100g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml	kielbasa krakowska sucha 40g (SOJ) serek Almette 30g (MLE) pomidor 100g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo graham 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml
PD	Kefir 200ml (MLE)	Kefir 200ml (MLE)	Kefir 200ml (MLE)
	E:2181,95 B:94,71 T:66,01 W:318,23 w tym cukry:96,96 kw.tł:21,99 Bł:31,17 sól:5,24	E:1990,26 B:106,85 T:56,55 W:281,33 w tym cukry:44,39 kw.tł:21,88 Bł:35,06 sól:5,96	E:2046,86 B:94,98 T:56,76 W:305,94 w tym cukry:22,09 kw.tł:19,80 Bł:33,04 sól:5,14

Data-Dzień 19.04.2026r Niedziela	<h2 style="text-align: center;">Dieta podstawowa</h2>	<h2 style="text-align: center;">Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</h2>	<h2 style="text-align: center;">Dieta łatwostrawna</h2>
Śniadanie	<p>kiełbasa krakowska z fileta 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Jajko 1 szt. w majonezie 70g (JAJ MLE GOR) sałata zielona 10g jabłko 200g margaryna roślinna 15g 80% pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) kakao 250 ml (MLE)</p>	<p>kiełbasa krakowska z fileta 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Jajko 1 szt. 60g (JAJ) sałata zielona 10g jabłko 200g margaryna roślinna 15g 80% pieczywo graham 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) kakao b.c. 250 ml (MLE)</p> <p>II Śniadanie: Szynka 30g (SOJ) + Chleb graham 25g (GLU PSZ GLU ŻYT)</p>	<p>kiełbasa krakowska z fileta 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Jajko 1 szt. 60g (JAJ) sałata zielona 10g jabłko 200g margaryna roślinna 15g 80% pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) kakao 250 ml (MLE)</p>
Obiad	<p>Koperkowa z ryżem 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) kotlet schabowy 90g (GLU PSZ JAJ MLE) ziemniaki z koperkiem 180g kapusta gotowana 150g (GLU PSZ) kompot z owoców mieszanych 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ryżem 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) potrawka drobiowa 150g (GLU PSZ MLE SEL) ziemniaki z koperkiem 180g surówka z selera 150g (MLE SEL) kompot b.c. z owoców mieszanych 250 ml</p> <p>Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g (MLE)</p>	<p>Koperkowa z ryżem 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) potrawka drobiowa 150g (GLU PSZ MLE SEL) ziemniaki z koperkiem 180g surówka z selera z brzoskwiniami 150g (SEL MLE) kompot z owoców mieszanych 250 ml</p>
Kolacja	<p>Serek śmietankowy 20g (MLE) pomidor 100g polędwica sopocka 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml</p>	<p>Serek śmietankowy 20g (MLE) pomidor 100g polędwica sopocka 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo graham 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata b.c. z cytryną 250 ml</p>	<p>Serek śmietankowy 20g (MLE) pomidor 100g polędwica sopocka 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml</p>
PD	Mus 100g	Mus 100g	Mus 100g
	E:2326,43 B:93,99 T:85,42 W:310,97 w tym cukry:104,79 kw.tł:24,74 Bł:30,71 sól:5,11	E:1978,38 B:100,91 T:56,11 W:283,80 w tym cukry:75,76 kw.tł:21,97 Bł:32,72 sól:5,86	E:1912,81 B:85,70 T:51,97 W:291,16 w tym cukry:105,26 kw.tł:20,20 Bł:31,12 sól:4,72