

Data-Dzień 11.05.2026r 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) Rogalik francuski 40g (GLU PSZ MLE JAJ MLE) pomidor koktajlowy 100g margaryna roślinna 80% 15g pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml	szynka konserwowa 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) jabłko 200g pomidor koktajlowy 100g margaryna roślinna 80%15g bułka graham 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata b.c. z cytryną 250 ml II śniadanie: Szynka 40g (SOJ) + Bułka graham 40g (GLU PSZ GLU ŻYT) + pomidor 50g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) szynka konserwowa 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Rogalik francuski 40g (GLU PSZ MLE JAJ MLE) pomidor koktajlowy 100g margaryna roślinna 80% 15g pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml
Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) 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 20g kompot z owoców mieszanych 250 ml Woda mineralna 500 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) gulasz z mięsa od szynki dietetyczny 150g (GLU PSZ MLE SEL) kasza gryczana na sypko 150g surówka z kiszonej kapusty 150g surówka z marchewki 150g sałata zielona 20g kompot b.c. z owoców mieszanych 250 ml Woda mineralna 500 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) gulasz z mięsa od szynki 150g (GLU PSZ MLE SEL) kasza na sypko 150g (GLU JĘCZ) surówka z marchewki 150g sałata zielona 20g 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) sałata lodowa z pomidorkami suszonymi 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) sałata lodowa z oliwą 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) sałata lodowa z oliwą 20g pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml
PD	Mus 100g	Mus 100g	Mus 100g
	E:2153,24 B:81,58 T:79,56 W:293,97 w tym cukry:84,41 kw.tł:27,53 Bł:34,85 sól:6,61	E:1921,84 B:83,92 T:54,32 W:293,64 w tym cukry:69,16 kw.tł:19,57 Bł:38,66 sól:5,60	E:1943,62 B:30,49 T:62,94 W:280,65 w tym cukry:80,52 kw.tł:26,38 Bł:30,49 sól:5,71

Data-Dzień 12.05.2026 Wtorek	<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>Kukurydzianka na mleku 300g (MLE) szynka naturalna 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) pasta z jaj 80g (MLE JAJ GOR) kiwi 120g papryka czerwona 50g margaryna roślinna 80% 15g pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml</p>	<p>szynka naturalna 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) pasta z jaj 80g (MLE JAJ GOR) kiwi 120g pomidor koktajlowy 50g margaryna roślinna 80% 15g pieczywo graham 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata b.c. z cytryną 250 ml</p> <p>II śniadanie: Szynka 40g (SOJ) + Bulka graham 40g (GLU PSZ GLU ŻYT) + papryka 50g</p>	<p>Kukurydzianka na mleku 300g (MLE) szynka naturalna 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) pasta z jaj 80g (MLE JAJ GOR) kiwi 120g pomidor koktajlowy 50g margaryna roślinna 80% 15g pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml</p>
Obiad	<p>Kalafiorowa z makaronem 350 ml (GLU PSZ MLE SEL JAJ) kotlet drobiowy 90g (JAJ GLU PSZ MLE) 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>Kalafiorowa z makaronem 350 ml (GLU PSZ MLE SEL JAJ) klops drobiowy pieczony 85g (GLU PSZ JAJ) sos koperkowy 100 g (MLE, GLU PSZ) sałatka z mozzarellą i burakiem 150g (GOR MLE) ziemniaki z koperkiem 180g kompot b. c. z owoców mieszanych 250 ml Woda mineralna 500 ml</p>	<p>Kalafiorowa z makaronem 350 ml (GLU PSZ MLE SEL JAJ) klops drobiowy pieczony 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>
Kolacja	<p>Kiełbasa żywiecka 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) ser żółty 40g (MLE) pomidor 100g rzodkiewka 50g 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>
PD	Jogurt owocowy 150g (MLE)	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Jogurt owocowy 150g (MLE)
	E:2557,13 B:117,59 T:99,30 W:316,17 w tym cukry:64,67 kw.tł:32,64 Bł:35,41 sól:7,03	E:2052,63 B:106,65 T:69,67 W:267,29 w tym cukry:37,96 kw.tł:24,34 Bł:34,93 sól:7,01	E:2183,24 B:105,37 T:74,18 W:290,56 w tym cukry:63,44 kw.tł:27,35 Bł:33,80 sól:5,92

Data-Dzień 13.05.2026 Środa	<h1>Dieta podstawowa</h1>	<h1>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</h1>	<h1>Dieta łatwostrawna</h1>
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU JĘCZ GLU PSZ MLE) Pasztet drobiowy 50g, (MLE GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) sałatka z ogórka cebuli i oliwy 110g serek śmietankowy Almette 30g (MLE) margaryna roślinna 80% 15g pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250ml	serek śmietankowy Almette 30g (MLE) margaryna roślinna 80% 15g sałatka z pomidora rukoli i oliwy 110g połudwica sopocka 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) pieczywo graham 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata b.c. z cytryną 250g II śniadanie: Szynka 40g (SOJ) + Bułka graham 40g (GLU PSZ GLU ŻYT) + ogórek świeży 50g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU JĘCZ GLU PSZ MLE) Pasztet drobiowy 50g, (MLE GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) sałatka z pomidora rukoli i oliwy 110g serek śmietankowy Almette 30g (MLE) margaryna roślinna 80% 15g pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250ml
Obiad	Pomidorowa z ryżem 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) schab po cygańsku 75g sos własny 100g (GLU PSZ GOR) sałatka grecka 150g (JAJ MLE) ziemniaki 180g kompot z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) schab duszony z warzywami 75g sos własny 100g (GLU PSZ) sałatka typu greckiego 150g (MLE) ziemniaki 180g kompot b.c. z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) schab duszony z warzywami 75g sos własny 100g (GLU PSZ) sałatka typu greckiego 150g (MLE) ziemniaki 180g kompot b.c. z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml
Kolacja	Jajko gotowane klasa L (JAJ) sałatka jarzynowa 100g (SEL JAJ MLE GOR) szynka gotowana naturalna 50g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) sałata zielona 20g masło extra 82%10 g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250ml	Jajko gotowane klasa L (JAJ) sałatka jarzynowa 100g (SEL JAJ MLE GOR) szynka gotowana naturalna 50g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) sałata zielona 20g masło extra 82%10 g (MLE) pieczywo graham 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata b.c. z cytryną 250ml	Jajko gotowane klasa L (JAJ) sałatka jarzynowa 100g (SEL JAJ MLE GOR) szynka gotowana naturalna 50g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) sałata zielona 20g masło extra 82%10 g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250ml
PD	Serek Grani 150g (MLE)	Serek Grani 150g (MLE)	Serek Grani 150g (MLE)
	E:2349,58 B:114,08 T:94,76 W:278,00 w tym cukry:64,27 kw.tł:30,12 Bł:35,13 sól:9,59	E:1905,50 B:117,75 T:59,97 W:240,04 w tym cukry:28,28 kw.tł:22,92 Bł:31,90 sól:7,44	E:2118,47 B:112,38 T:74,25 W:266,37 w tym cukry:55,54 kw.tł:27,69 Bł:31,54 sól:6,94

Data-Dzień 14.05.2026r Czwartek	<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>Owsianka na mleku 300g(GLU PSZ GLU OWS MLE) kiełbasa drobiowa 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Mix sałat z pomidorem koktajlowym, papryką, oliwkami i mozzarellą 100g (MLE) margaryna roślinna 80% 15g pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml</p>	<p>kiełbasa drobiowa 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Mix sałat z pomidorem koktajlowym i mozzarellą 100g (MLE) margaryna roślinna 80% 15g pieczywo graham 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata b.c. z cytryną 250 ml</p> <p>II śniadanie: Szynka 40g (SOJ) + Bulka graham 40g (GLU PSZ GLU ŻYT) + pomidor koktajlowy 50g</p>	<p>Owsianka na mleku 300g(GLU PSZ GLU OWS MLE) kiełbasa drobiowa 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Mix sałat z pomidorem koktajlowym i mozzarellą 100g (MLE) margaryna roślinna 80% 15g pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml</p>
Obiad	<p>Kapuśniak z ziemniakami 350 ml(GLU PSZ SEL) filet z kurczaka w sosie warzywnym 200g ryż na sypko 150g sałata zielona 20g kompot z owoców mieszanych 250 ml Woda mineralna 500 ml</p>	<p>Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) filet z kurczaka w sosie pomidorowo- warzywnym 200g ryż na sypko 150g sałata zielona 20g kompot b. c. z owoców mieszanych 250 ml Woda mineralna 500 ml</p>	<p>Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) filet z kurczaka w sosie pomidorowo- warzywnym 200g ryż na sypko 150g sałata zielona 20g 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) roszponka 10g jabłko 200g 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) roszponka 10g jabłko 200g 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) roszponka 10g jabłko 200g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml</p>
PD	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml
	E:2164,36 B:91,47 T:66,64 W:318,43 w tym cukry:68,52 kw.tł:23,18 Bł:37,68 sól:8,49	E:1885,67 B:93,86 T:45,24 W:293,80 w tym cukry:39,12 kw.tł:16,75 Bł:35,88 sól:7,21	E:2002,38 B:93,67 T:49,19 W:313,31 w tym cukry:64,01 kw.tł:19,78 Bł:33,91 sól:6,36

Data-Dzień 15.05.2026r Piątek	Dieta podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	<p>Jajko gotowane 1 szt klasa L (JAJ) sałata masłowa 20g rzodkiewki 50g serek Almette 30g (MLE) gruszka 200g margaryna roślinna 80% 15g pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) kawa biała inka 250 ml (MLE GLU ŻYT GLU JĘCZ)</p>	<p>Jajko gotowane 1 szt klasa L (JAJ) sałata masłowa 20g gruszka 200g pomidor 50g serek Almette 30g (MLE) margaryna roślinna 80% 15g pieczywo graham 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) kawa biała inka b.c. 250 ml (MLE GLU ŻYT GLU JĘCZ)</p> <p>II śniadanie: Serek hochland 22,5g (MLE) + Bułka graham 40g (GLU PSZ GLU ŻYT) + ogórek kiszony 50g</p>	<p>Jajko gotowane 1 szt klasa L (JAJ) sałata masłowa 20g gruszka 200g pomidor 50g serek Almette 30g (MLE) margaryna roślinna 80% 15g pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) 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 sałata lodowa 20g 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) surówka z czerwonej kapusty 150g sałata lodowa 20g ziemniaki z koperkiem 180g kompot b.c. 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 z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml</p>
Kolacja	<p>Serek Grani 150g (MLE) miód 25g plastry papryki kolorowej 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	Serek Tartar 20g (MLE) + Chleb Waza 20g (GLU ŻYT GLU PSZ MLE)	Serek Tartar 20g (MLE) + Chleb Waza 20g (GLU ŻYT GLU PSZ MLE)	Serek Tartar 20g (MLE) + Chleb Waza 20g (GLU ŻYT GLU PSZ MLE)
	E:2314,78 B:101,34 T:81,74 W:310,89 w tym cukry:68,89 kw.tł:22,40 Bł:34,79 sól:4,95	E:2165,95 B:107,90 T:68,96 W:299,19 w tym cukry:68,81 kw.tł:25,99 Bł:41,36 sól:6,65	E:2014,98 B:98,28 T:59,31 W:289,33 w tym cukry:65,91 kw.tł:21,83 Bł:33,90 sól:5,32

Data-Dzień 16.05.2026r 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	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 b.c. 250 ml II śniadanie: Szynka 40g (SOJ) + Chleb graham 70g (GLU PSZ GLU ŻYT) + rzodkiewka 50g	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	Grysikowa 350 ml (GLU PSZ SEL) pieczeń z karkówki 60g sos własny 100g (GLU PSZ) sałatka z pora 150g (GOR MLE) ziemniaki z koperkiem 180g kompot z owoców mieszanych 250 ml	Grysikowa 350 ml (GLU PSZ SEL) potrawka wołowa 150g (GLU PSZ MLE SEL) bukiet warzyw gotowany (kalafior, brokuł, marchew) 150g ziemniaki z koperkiem 180g kompot z owoców mieszanych b.c. 250ml	Grysikowa 350 ml (GLU PSZ SEL) potrawka wołowa 150g (GLU PSZ MLE SEL) bukiet warzyw gotowany (kalafior, brokuł, marchew) 150g ziemniaki z koperkiem 180g 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 b.c. 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) + Wafle ryżowe 20g	Kefir 200ml (MLE) + Wafle ryżowe 20g	Kefir 200ml (MLE) + Wafle ryżowe 20g
	E:2173,07 B:94,73 T:77,96 W:287,60 w tym cukry:63,21 kw.tł:27,70 Bł:28,04 sól:4,90	E:1841,91 B:100,06 T:49,19 W:267,84 w tym cukry:22,84 kw.tł:17,47 Bł:36,00 sól:6,31	E:1924,77 B:99,41 T:52,11 W:280,54 w tym cukry:50,73 kw.tł:20,11 Bł:31,38 sól:5,08

Data-Dzień 17.05.2026r Niedziela	Dieta podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	kielbasa krakowska z fileta 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Jajko 1 szt. w majonezie 70g (JAJ MLE GOR) sałata zielona 20g jabłko 200g margaryna roślinna 15g 80% pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) kakao 250 ml (MLE)	kielbasa krakowska z fileta 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Jajko 1 szt. 60g (JAJ) sałata zielona 20g jabłko 200g margaryna roślinna 15g 80% pieczywo graham 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) kakao b.c. 250 ml (MLE) II Śniadanie: Szynka 40g (SOJ) + Chleb graham 70g (GLU PSZ GLU ŻYT) + ogórek świeży 50g	kielbasa krakowska z fileta 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Jajko 1 szt. 60g (JAJ) sałata zielona 20g jabłko 200g margaryna roślinna 15g 80% pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) kakao 250 ml (MLE)
Obiad	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	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	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
Kolacja	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	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	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
PD	Serek Homogenizowany owocowy 150g (MLE)	Serek Homogenizowany naturalny 150g (MLE)	Serek Homogenizowany owocowy 150g (MLE)
	E:2482,98 B:111,27 T:113,41 W:269,98 w tym cukry:63,87 kw.tł:30,08 Bł:30,71 sól:6,89	E:2012,82 B:115,21 T:61,38 W:267,91 w tym cukry:48,67 kw.tł:24,88 Bł:35,89 sól:7,59	E:1851,46 B:101,97 T:57,97 W:245,89 w tym cukry:61,82 kw.tł:24,02 Bł:30,64 sól:5,95