

Data- Dzień 31.08.2026r Poniedziałek	Dieta podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (GLU PSZ MLE) szynka konserwowa 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) drożdżówka z serem 40g (GLU PSZ MLE JAJ) 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) serek chohland 22,5g (MLE) pomidor koktajlowy 100g margaryna roślinna 80%15g pieczywo 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) + papryka czerwona 50g	Ryż na mleku 300 ml (GLU PSZ MLE) szynka konserwowa 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) drożdżówka z serem 40g (GLU PSZ MLE JAJ) pomidor koktajlowy 100g margaryna roślinna 80% 15g pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml
Obiad	Fasolowa z ziemniakami 350 ml (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 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 kiszonej kapusty 150g surówka z marchewki 150g sałata zielona 20g kompot b.c. z owoców mieszanych 250 ml Woda mineralna 500 ml	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 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 z ziołami 30g (MLE) sałata lodowa z pomidorkami suszonymi 40g 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 pomidor 50g 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 pomidor 50g pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml
PD	Kefir 200g (MLE) + Mandarynka 120g	Kefir 200g (MLE) + Mandarynka 120g	Kefir 200g (MLE) + Mandarynka 120g
	E:2261,04 B:95,27 T:81,54 W:306,51 w tym cukry:62,82 kw.tł:25,78 Bł:42,14 sól:6,67	E:1970,36 B:96,66 T:61,54 W:276,89 w tym cukry:28,49 kw.tł:23,03 Bł:38,67 sól:6,88	E:1907,01 B:83,45 T:64,98 W:263,34 w tym cukry:62,81 kw.tł:26,71 Bł:31,76 sól:5,80

Data-Dzień 1.09.2026r Wtorek	Dieta podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kukurydzianka na mleku 300 ml (MLE) szynka naturalna 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) sałatka z jaj, groszku, ogórka, cebuli 80g (JAJ MLE GOR) brzoskwinia 150g ogórek świeży 50g margaryna roślinna 80% 15g pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml	szynka naturalna 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) sałatka z jaj, groszku, dietetyczna 80g (JAJ MLE GOR) brzoskwinia 150g pomidor koktajlowy 50g margaryna roślinna 80% 15g pieczywo graham 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata b.c. z cytryną 250 ml II śniadanie: Szynka 40g (SOJ) + Bulka graham 40g (GLU PSZ GLU ŻYT) + ogórek świeży 50g	Kukurydzianka na mleku 300 ml (MLE) szynka naturalna 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) sałatka z jaj, groszku, dietetyczna 80g (JAJ MLE GOR) brzoskwinia 150g pomidor koktajlowy 50g margaryna roślinna 80% 15g pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml
Obiad	Koperkowa z ryżem 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) 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	Koperkowa z ryżem 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) klops drobiowy 85g (GLU PSZ JAJ) sałatka z mozzarella i burakiem 150g (GOR MLE) ziemniaki z koperkiem 180g kompot b. c. z owoców mieszanych 250 ml Woda mineralna 500 ml	Koperkowa z ryżem 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) klops drobiowy 85g (GLU PSZ JAJ) sałatka z mozzarella i burakiem 150g (GOR MLE) ziemniaki z koperkiem 180g kompot z owoców mieszanych 250 ml Woda mineralna 500 ml
Kolacja	Kiełbasa żywiecka 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) ser żółty 40g (MLE) pomidor 100g sałata zielona 20g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml	Kiełbasa żywiecka 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) serek śmietankowy 20g (MLE) pomidor 100g sałata zielona 20g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo graham 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata b.c. z cytryną 250 ml	Kiełbasa żywiecka 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) serek śmietankowy 20g (MLE) pomidor 100g sałata zielona 20g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml
PD	Mus 100g	Mus 100g	Mus 100g
	E:2480,86 B:106,91 T:97,07 W:312,39 w tym cukry:90,84 kw.tł:32,40 Bł:34,74 sól:6,93	E:2021,74 B:97,53 T:66,69 W:274,98 w tym cukry:63,84 kw.tł:22,87 Bł:34,26 sól:6,82	E:2190,08 B:98,27 T:72,97 W:301,91 w tym cukry:90,63 kw.tł:26,42 Bł:33,64 sól:5,81

Data- Dzień 2.09.2026r Środa	Dieta podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ JAJ MLE) Paszтет 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 połędwica 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) + Bulka graham 40g (GLU PSZ GLU ŻYT) + rzodkiewka 50g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ JAJ MLE) Paszтет 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	Krupnik 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) schab po cygańsku 75g sos własny 100g (GLU PSZ GOR) surówka z białej kapusty z rzodkiewką 150g (JAJ GOR) ziemniaki z koperkiem 180g kompot z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml	Krupnik 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) schab duszony z warzywami 75g sos własny 100g (GLU PSZ) surówka z włoskiej kapusty 150g (GOR) ziemniaki z koperkiem 180g kompot b.c. z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml	Krupnik 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) schab duszony z warzywami 75g sos własny 100g (GLU PSZ) surówka z włoskiej kapusty 150g (GOR) ziemniaki z koperkiem 180g kompot b.c. z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml
Kolacja	Jajko gotowane 1 szt 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 1 szt 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 1 szt 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	Buleczka z kruszonką 40g (GLU PSZ JAJ MLE)	Jogurt bez cukru 150g (MLE)	Buleczka z kruszonką 40g (GLU PSZ JAJ MLE)
	E:2231,06 B:95,02 T:89,38 W:279,01 w tym cukry:59,01 kw.tł:26,33 Bł:34,01 sól:7,29	E:1853,57 B:106,03 T:57,19 W:247,20 w tym cukry:26,12 kw.tł:19,41 Bł:36,22 sól:6,27	E:1800,59 B:89,00 T:58,48 W:246,58 w tym cukry:45,40 kw.tł:20,44 Bł:33,35 sól:4,68

Data- Dzień 3.09.2026r Czwartek	Dieta podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Owsianka na mleku 300g (GLU PSZ GLU OWS MLE) kiełbasa krakowska 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 pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml	kiełbasa krakowska 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 pieczywo graham 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata b.c. z cytryną 250 ml II śniadanie: Szynka 40g (SOJ) + Bulka graham 40g (GLU PSZ GLU ŻYT) + ogórek kiszony 50g	Owsianka na mleku 300g (GLU PSZ GLU OWS MLE) kiełbasa krakowska 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 pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) gołąbki z białą kapustą 250g sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ MLE) kompot z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) gołąbki z włoskiej kapusty 250g sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ MLE) kompot b.c. z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) gołąbki z włoskiej kapusty 250g sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ MLE) kompot z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml
Kolacja	Polędwica sopocka 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Serek Hochland 22,5 (MLE) pomidor 100g rukola 10g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml	Polędwica sopocka 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) pomidor 100g rukola 10g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo graham 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata b.c. z cytryną 250 ml	Polędwica sopocka 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) pomidor 100g rukola 10g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml
PD	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml
	E:2024,09 B:89,22 T:77,38 W:262,61 w tym cukry:75,78 kw.tł:29,79 Bł:39,34 sól:8,58	E:1867,77 B:95,78 T:53,04 W:271,54 w tym cukry:39,73 kw.tł:20,70 Bł:39,63 sól:8,46	E:1955,55 B:95,78 T:53,04 W:293,50 w tym cukry:61,68 kw.tł:20,70 Bł:39,63 sól:8,46

Data- Dzień 4.09.2026r Piątek	Dieta podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Jajko gotowane 1 szt klasa L (JAJ) sałata masłowa 20g rzodkiewki 50g serek Almette 30g (MLE) arbuz 200g margaryna roślinna 80% 15g pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) kawa biała inka 250 ml (MLE GLU ŻYT GLUJĘCZ)	Jajko gotowane 1 szt klasa L (JAJ) sałata masłowa 20g arbuz 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) II śniadanie: Kisiel 150ml	Jajko gotowane 1 szt klasa L (JAJ) sałata masłowa 20g arbuz 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)
Obiad	Pieczarkowa z makaronem 350 ml (GLU PSZ SEL MLE JAJ) ryba smażona miruna 140g (GLU PSZ JAJ RYB MLE) mizeria 150g (MLE) sałata lodowa 20g ziemniaki z koperkiem 180g kompot z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml	Jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) ryba duszona 140g (RYB) mizeria 150g (MLE) sałata lodowa 20g ziemniaki z koperkiem 180g kompot b.c. z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml	Jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU PSZ SEL MLE) ryba duszona 140g (RYB) sos grecki 100g (GLU PSZ SEL) sałata lodowa 20g ziemniaki z koperkiem 180g kompot z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml
Kolacja	Serek Grani 150g (MLE) Drożdżówka z dżemem 40g (GLU PSZ MLE JAJ) pomidor koktajlowy 100g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml	Serek Grani 150g (MLE) pomidor koktajlowy 100g papryka 50g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo graham 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata b.c. z cytryną 250 ml	Serek Grani 150g (MLE) pomidor koktajlowy 100g Drożdżówka z dżemem 40g (GLU PSZ MLE JAJ) masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml
PD	Wafle ryżowe 20g + Kefir 200ml (MLE)	Wafle ryżowe 20g + Kefir 200ml (MLE)	Wafle ryżowe 20g + Kefir 200ml (MLE)
	E:2344,15 B:104,89 T:86,86 W:300,24 w tym cukry:59,03 kw.tł:25,98 Bł:28,10 sól:5,33	E:1916,65 B:100,67 T:61,34 W:254,98 w tym cukry:50,32 kw.tł:24,69 Bł:27,69 sól:4,88	E:2086,28 B:104,13 T:63,40 W:291,22 w tym cukry:64,85 kw.tł:23,47 Bł:31,64 sól:5,72

Data- Dzień 5.09.2026r Sobota	Dieta podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Ryż na mleku 350g (MLE) polędwica drobiowa 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) jogurt pitny 150 ml (MLE) pomidor 100g margaryna 80% 15g pieczywo mieszane pszenno żytnie100g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml	polędwica drobiowa 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) jogurt bez cukru 150 ml (MLE) pomidor 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) + jabłko 200g	Ryż na mleku 350g (MLE) polędwica drobiowa 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) jogurt pitny150 ml (MLE) pomidor 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 indyka pieczona 70g sos własny 100g (GLU PSZ) surówka z kapusty pekińskiej 150g (GOR) ziemniaki z koperkiem 180g kompot z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml	Grysikowa 350 ml (GLU PSZ SEL) pieczeń z indyka duszona 70g sos własny 100g (GLU PSZ SEL) surówka z kapusty pekińskiej 150g (GOR) ziemniaki z koperkiem 180g kompot b.c. z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml	Grysikowa 350 ml (GLU PSZ SEL) pieczeń z indyka duszona 70g sos własny 100g (GLU PSZ SEL) surówka z kapusty pekińskiej 150g (GOR) ziemniaki z koperkiem 180g kompot z owoców mieszanych 250 ml woda mineralna 500 ml
Kolacja	kiełbasa krakowska sucha 40g (SOJ) serek Almette 30g (MLE) Mix sałat z papryką w sosie winegree 100g masło extra 82 % 10g (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml	kiełbasa krakowska sucha40g (SOJ) serek Almette 30g (MLE) Mix sałat z pomidorem koktajlowym w sosie winegree 100g masło extra 82 %10g (MLE) pieczywo graham 80g (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną b.c.250 ml	kiełbasa krakowska sucha 40g (SOJ) serek Almette 30g (MLE) Mix sałat z pomidorem koktajlowym w sosie winegree 100g 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) + Chleb Waza 20g (GLU ŻYT GLU PSZ MLE)	Serek homogenizowany naturalny 150g (MLE) + Chleb Waza 20g (GLU ŻYT GLU PSZ MLE)	Serek homogenizowany owocowy 150g (MLE) + Chleb Waza 20g (GLU ŻYT GLU PSZ MLE)
	E:2189,21 B:114,66 T:73,17 W:283,30 w tym cukry:63,74 kw.tł:24,56 Bł:29,33 sól:6,29	E:2068,02 B:114,24 T:61,33 W:283,41 w tym cukry:38,80 kw.tł:20,01 Bł:36,92 sól:7,57	E:2089,53 B:113,04 T:63,76 W:281,49 w tym cukry:54,60 kw.tł:22,83 Bł:30,12 sól:6,40

Data- Dzień 6.09.2026r Niedziela	Dieta podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Szynka naturalna 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Jajko 1 szt. w majonezie 70g (JAJ MLE GOR) roszponka 10g pomidor 100g margaryna roślinna 15g 80% pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) kakao 250 ml (MLE)	Szynka naturalna 40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Jajko 1 szt. 60g (JAJ) roszponka 10g pomidor 100g margaryna roślinna 15g 80% pieczywo graham 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) kakao b.c. 250 ml (MLE) II Śniadanie: Szynka 40g (SOJ) + pieczywo graham 70g (GLU PSZ GLU ŻYT) + papryka żółta 50g	Szynka naturalna40g (SOJ) może zawierać: (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Jajko 1 szt. 60g (JAJ) roszponka 10g pomidor 100g margaryna roślinna 15g 80% pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g (GLU PSZ GLU ŻYT) kakao 250 ml (MLE)
Obiad	Pomidorowa z ryżem350 ml (GLU PSZ SEL MLE) kotlet schabowy 90g (GLU PSZ JAJ MLE) ziemniaki z koperkiem180g (MLE) kapusta gotowana 150g (GLU PSZ) kompot z owoców mieszanych 250 ml	Pomidorowa z ryżem350 ml (GLU PSZ SEL MLE) potrawka drobiowa 150g (GLU PSZ MLE SEL) ziemniaki z koperkiem 180g (MLE) surówka z selera 150g (MLE SEL) brokuł 50g kompot b.c. z owoców mieszanych 250 ml	Pomidorowa z ryżem350 ml (GLU PSZ SEL MLE) potrawka drobiowa 150g (GLU PSZ MLE SEL) ziemniaki z koperkiem 180g (MLE) surówka z selera z brzoskwiniami 150g (SEL MLE) brokuł 50g kompot z owoców mieszanych 250 ml
Kolacja	Mix sałat z pomidorem koktajlowym, oliwkami 140g (MLE) Serek śmietankowy 20g (MLE) kiełbasa krakowska z fileta 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	Mix sałat z pomidorem koktajlowym 120g (MLE) Serek śmietankowy 20g (MLE) kiełbasa krakowska z fileta 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	Mix sałat z pomidorem koktajlowym 120g (MLE) Serek śmietankowy 20g (MLE) kiełbasa krakowska z fileta 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	Rogalik francuski 30g (GLU PSZ JAJ MLE)	Chrupki 15g	Rogalik francuski 30g (GLU PSZ JAJ MLE)
	E:2543,42 B:97,58 T:121,57 W:281,78 w tym cukry:60,22 kw.tł:32,61 Bł:32,88 sól:7,07	E:1948,61 B:100,54 T:60,25 W:270,06 w tym cukry:39,38 kw.tł:22,56 Bł:37,57 sól:6,37	E:1895,65 B:89,22 T:64,73 W:255,47 w tym cukry:57,54 kw.tł:26,30 Bł:32,14 sól:5,19