

Czwartek 21.08.2025	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogoenergetyczn a	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczn a i wysokobiałkowa (9)	Dieta wegetariańska (WE)	Dieta bezglutenowa
Śniadanie	Zupa mleczna z makaronem (250 ml) <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham- pszena (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Jajecznic a ze szczypiorki e na maśle (100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Szynka konserwowa (20 g) Pomidor (100 g)	Zupa mleczna z makaronem (250 ml) <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Parówki drobiowe (90 g) <u>(SOJ.)</u> Serek kremowy kanapkowy (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka konserwowa (20 g) Pomidor b/skórki (60 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU, SEL.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Jajecznic a ze szczypiorki e na maśle (100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Szynka konserwowa (20 g) Pomidor (100 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU, SEL.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Jajecznic a ze szczypiorki e na maśle(100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Szynka konserwowa (10 g) Pomidor (100 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU, SEL.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Jajecznic a ze szczypiorki e m (100 g) <u>(JAJ)</u> Szynka konserwowa (20 g)	Zupa mleczna z makaronem (250 ml) <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham- pszena (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Jajecznic a ze szczypiorki e na maśle (150 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Szynka konserwowa (20 g) Pomidor (100 g) Herbata czarna (250 ml)	Zupa mleczna z makaronem (250 ml) <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham- pszena (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Jajecznic a ze szczypiorki e na maśle (100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Pomidor (100 g) Herbata czarna (250 ml)	Zupa mleczna z makaronem bezglutenowy m (250 ml) <u>(JAJ, MLE.)</u> Pieczywo bezglutenowe (100 g) Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Jajecznic a ze szczypiorki e na maśle (100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Szynka konserwowa (20 g) Pomidor (100 g) Herbata czarna (250 ml)

	Herbata czarna (250 ml)				Pomidor (100 g) Herbata czarna (250 ml)			
II śniadanie (podawane wraz ze śniadaniem)	Owoc sezonowy pestkowy (100 g)	Ciastka Petit Beurre (50 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Owoc sezonowy pestkowy (100 g)	Owoc sezonowy pestkowy (100 g)	Owoc sezonowy pestkowy (100 g)	Owoc sezonowy pestkowy (100 g)	Owoc sezonowy pestkowy (100 g)	Owoc sezonowy pestkowy (100 g)
Obiad	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (130 g) Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi z olejem (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka gotowane (130 g) Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Marchewka gotowana puree(150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (130 g) Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi z olejem(b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (130 g) Ryż paraboliczny (100 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi z olejem(b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa ziemniaczana b/mleka (300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (130 g) Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi z olejem(b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (150 g) Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Marchewka gotowana puree(150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Zupa szpinakowa na bulionie warzywnym 350 ml <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza pęczak gotowana 180 g (GLU JĘCZ) Kotleciki sojowe 80 g. <u>(GLU PSZ, SOJ, JAJA)</u> Sos jarzynowy 100 g <u>(GLU PSZ, SEL, MLE)</u> Surówka z czerwonej kapusty i oleju rzepakowego 150 g Kompot owocowy (250 ml)	Zupa ziemniaczana bezglutenowa z dodatkiem mąki ryżowej (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (130 g) Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy bezglutenowy z dodatkiem mąki ryżowej (100 ml) <u>(SEL.)</u> Surówka z marchwi z olejem (150 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczore k (podawany			Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.			Serek waniliowy homogenizowany (150 g) <u>(MLE.)</u>		

wraz z obiadem)								
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Rzodkiewka 2 szt. Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Szynka drobiowa (60 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor b/skórki (100 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Rzodkiewka 2 szt. Salata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Rzodkiewka 2 szt. Salata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (80 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor (100 g) Rzodkiewka 2 szt. Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Rzodkiewka 2 szt. Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Rzodkiewka 2 szt. Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Pieczczywo bezglutenowe (100 g) Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Rzodkiewka 2 szt. Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny (podawany wraz z kolacją)	Kisiel owocowy (200 ml)	Kisiel owocowy (200 ml)	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (20 g) <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u>	Kisiel owocowy b/c (200 ml)	Kisiel owocowy (200 ml)	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (20 g) <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u>	Kisiel owocowy (200 ml)	Kisiel owocowy (200 ml)

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Piątek 22.08.2025	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogoenergetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)	Dieta wegetariańska (WE)	Dieta bezglutenowa
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą manną (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno- żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb razowy żytnio- pszen (50 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Serek kanapkowy śmietankowy (100 g) <u>(MLE.)</u> Papryka świeża (80 g)	Zupa mleczna z kaszą manną (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Serek kanapkowy śmietankowy (100 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Serek kanapkowy śmietankowy (100 g) <u>(MLE.)</u> Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE)</u> Chleb razowy graham (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Serek kanapkowy śmietankowy (100 g) <u>(MLE.)</u> Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Chleb pszenno- żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Śledź w oleju (80 g) <u>(RYB.)</u> Papryka świeża (80 g)	Zupa mleczna z kaszą manną (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb razowy żytnio- pszen (50 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Serek kanapkowy śmietankowy (100 g) <u>(MLE.)</u> Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Zupa mleczna z kaszą manną (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb razowy żytnio-pszen (50 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Serek kanapkowy śmietankowy (100 g) <u>(MLE.)</u> Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Zupa mleczna z ryżem (250 ml) <u>(MLE.)</u> Pieczywo bezglutenowe (100 g) Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Serek kanapkowy śmietankowy (100 g) <u>(MLE.)</u> Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)

	Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)				Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)			
II śniadanie	Banan (120 g) 1 szt.	Banan (120 g) 1 szt.	Kiwi (90 g) 1 szt. Kefir 2% tł. (150 ml) <u>(MLE.)</u>	Kiwi (90 g) 1 szt.	Banan (120 g) 1 szt. Kefir 2% tł. (150 ml) <u>(MLE.)</u>	Banan (120 g) 1 szt.	Banan (120 g) 1 szt.	Banan (120 g) 1 szt.
Obiad	Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Łosoś pieczony w ziołach (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju (130 g) <u>(GOR, SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet z ryby gotowany (łosoś) (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Sos koperkowy (80 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u> Brokuł gotowany (200 g) <u>(GLU, SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Łosoś pieczony w ziołach (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju (130 g) <u>(GOR, SEL.)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (150 g) Łosoś pieczony w ziołach (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju (130 g) <u>(GOR, SEL.)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa krupnik jęczmienny b/mleka (350 ml) <u>(GLU, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Łosoś pieczony w ziołach (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju (130 g) <u>(GOR, SEL.)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Łosoś pieczony w ziołach (120 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju (130 g) <u>(GOR, SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Zupa krupnik jęczmienny na bulionie warzywnym (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Jajko sadzone (100 g) <u>(JAJ, SEL.)</u> Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju (130 g) <u>(GOR, SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Zupa krupnik z kaszą jaglaną (350 ml) <u>(SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Łosoś pieczony w ziołach (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju (130 g) <u>(GOR, SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek			Kisiel owocowy b/c (150 ml)			Kisiel owocowy (150 ml)		

Kolacja	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Pomidor (80 g) Ogórek kiszony (60 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Butka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Pasta z białek z natką pietruszki (100 g) <u>(MLE, JAJ.)</u> Pomidor b/skórki (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb razowy pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Pomidor (80 g) Ogórek kiszony (60 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE.)</u> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Pomidor (80 g) Ogórek kiszony (60 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (b/mleka) (60 g) <u>(JAJ.)</u> Pomidor (80 g) Ogórek kiszony (60 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Pomidor (80 g) Ogórek kiszony (60 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Pomidor (80 g) Ogórek kiszony (60 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Pieczywo bezglutenowe (100 g) Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Pomidor (80 g) Ogórek kiszony (60 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Napój mleczny smakowy 200 ml <u>(MLE.)</u>	Napój mleczny smakowy 200 ml <u>(MLE.)</u>	Napój mleczny bez dodatku cukru (200 ml) <u>(MLE.)</u>	Napój mleczny bez dodatku cukru (200 ml) <u>(MLE.)</u>	Napój sojowy niesłodzony 200 ml <u>(SOJ.)</u>	Napój mleczny smakowy 200 ml <u>(MLE.)</u>	Napój mleczny smakowy 200 ml <u>(MLE.)</u>	Napój mleczny smakowy 200 ml <u>(MLE.)</u>

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Sobota 23.08.2025	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobow a (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogoenergetyczn a	Dieta bezmleczn a (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczn a i wysokobiałkowa (9)	Dieta wegetariańska (WE)	Dieta bezglutenowa
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) <u>(GLU JĘCZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham- pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka Szynka wędzona wieprzowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g)	Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) <u>(GLU JĘCZ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Serek naturalny (30 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wędzona wieprzowa (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU JĘCZ, SEL.)</u> Chleb pszenno- żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE)</u> Serek naturalny (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wędzona wieprzowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU JĘCZ, SEL.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE)</u> Chleb razowy graham (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Serek naturalny (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wędzona wieprzowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowy m (250 g) <u>(GLU JĘCZ, SEL.)</u> Chleb pszenno- żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczn	Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) <u>(GLU JĘCZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham- pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Serek naturalny (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wędzona wieprzowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) <u>(GLU JĘCZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham- pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Wędlina wegańska o smaku szynki 40g violife <u>(SOJ, GL U PSZ, MLE, ORZ)</u>	Ryż na mleku (250 ml) <u>(MLE.)</u> Pieczywo bezglutenowe (100 g) Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa Drobimex (70 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)

	Herbata czarna (250 ml)		Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)		a o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (60 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)		Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	
II śniadanie	Owoc sezonowy pestkowy (100 g)	Banan (120 g) 1 szt.	Owoc sezonowy pestkowy (100 g) Jogurt naturalny 2,5% tł. (150 g) <u>(MLE.)</u>	Owoc sezonowy pestkowy (100 g)	Owoc sezonowy pestkowy (100 g)	Owoc sezonowy pestkowy (100 g) Jogurt naturalny 2,5% tł. (150 g) <u>(MLE.)</u>	Owoc sezonowy pestkowy (100 g)	Owoc sezonowy pestkowy (100 g)
Obiad	Zupa botwinka (350 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ryż na sypko (200 g) Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Surówka z marchwi z olejem (150 g) <u>(MLE.)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Zupa botwinka (350 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ryż na sypko (200 g) Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Marchew gotowana z olejem (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Zupa botwinka (350 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ryż na sypko (brązowy) (200 g) Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Surówka z marchwi z olejem (150 g) <u>(MLE.)</u>	Zupa botwinka (350 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ryż na sypko (brązowy) (150 g) Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Surówka z marchwi z olejem (150 g) <u>(MLE.)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa botwinka b/mleka (300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ryż na sypko (brązowy) (150 g) Potrawka drobiowa (180 g) <u>bez mleka (GLU PSZ, SEL.)</u>	Zupa botwinka (350 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ryż na sypko (200 g) Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Surówka z marchwi z olejem (150 g) <u>(MLE.)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Zupa koperkowa na bulionie warzywnym 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ryż z warzywami 350 g <u>(SEL.)</u> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 150 g <u>(JAJ, MLE, GOR.)</u>	Zupa botwinka bez glutenu, dodatek mąki ryżowej (350 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ryż na sypko (200 g) Potrawka drobiowa (180 g) <u>bez glutenu (SEL, MLE.)</u> Surówka z marchwi z olejem (150 g) <u>(MLE.)</u>

			Kompot owocowy b/c (250 ml)		Surówka z marchwi z olejem b/mleka (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)		Kompot owocowy (250 ml)	Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek			Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.			Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.		
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Sałatka z makaronu pełnoziarnistego, wędliny drobiowej i brokuła (150 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Lekkostrawna sałatka z makaronu, wędliny drobiowej i brokuła (150 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Pomidor b/skórki (90 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE)</u> Sałatka z makaronu pełnoziarnistego, wędliny drobiowej i brokuła (150 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Sałatka z makaronu pełnoziarnistego, wędliny drobiowej i brokuła (150 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Sałatka z makaronu pełnoziarnistego, wędliny drobiowej i brokuła (150 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Sałatka z makaronu pełnoziarnistego, wędliny drobiowej i brokuła (150 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Sałatka z makaronu pełnoziarnistego, wędliny drobiowej i brokuła (150 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Pieczewo bezglutenowe (100 g) Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Sałatka z makaronu bezglutenowego, wędliny drobiowej i brokuła (150 g) <u>(JAJ, MLE, SEL.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)

					Salata zielona (10 g) Herbata b/c (250 ml)			
Posiłek nocny	Przecier owocowo warzywny (120 g) 1 szt. <u>(może zawierać MLE.)</u>	Przecier owocowo warzywny (120 g) 1 szt. <u>(może zawierać MLE.)</u>	Kanapka z jajkiem i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), jajko (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, MLE, JAJ.)</u>	Kanapka z jajkiem i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), jajko (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, MLE, JAJ.)</u>	Kanapka z jajkiem i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (5 g), jajko (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, JAJ.)</u>	Przecier owocowo warzywny (120 g) 1 szt. <u>(może zawierać MLE.)</u>	Przecier owocowo warzywny (120 g) 1 szt. <u>(może zawierać MLE.)</u>	Przecier owocowo warzywny (120 g) 1 szt. <u>(może zawierać MLE.)</u>

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Niedziela 24.08.2025	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4)	Dieta cukrzycowa insulinowa (6)	Dieta cukrzycowa ubogo	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)	Dieta wegetariańska (WE)	Dieta bezglutenowa
---------------------------------	--------------------------------	---	--	------------------------	--------------------------------	---	------------------------------------	--------------------

		łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna				
Śniadanie	Kasza manna na mleku (250 ml) <u>(GLU, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u> Kiełbasa żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona (30 g) <u>(MLE, SOJ.)</u> Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g)	Kasza manna na mleku (250 ml) <u>(GLU, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Jajko gotowane na miękko (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u> Szynekowa kiełbasa drobiowa (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(GLU, SEL.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE.)</u> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u> Szynekowa kiełbasa drobiowa (30 g) Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(GLU, SEL.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u> Szynekowa kiełbasa drobiowa (30 g) Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(GLU, SEL.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u> Szynekowa kiełbasa drobiowa (30 g) Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g)	Kasza manna na mleku (250 ml) <u>(GLU, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u> Kiełbasa żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona (30 g) <u>(MLE, SOJ.)</u> Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na mleku (250 ml) <u>(GLU, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Jajko gotowane (100 g) 2 szt. <u>(JAJ.)</u> Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (250 ml) <u>(MLE.)</u> Pieczywo bezglutenowe (100 g) Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u> Kiełbasa żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona (30 g) <u>(MLE, SOJ.)</u> Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)

	Herbata czarna (250 ml)				Herbata czarna (250 ml)			
II śniadanie	Maliny (50 g)	Maliny (50 g)	Maliny (50 g) Kanapka z szynką i sałatą: chleb razowy (50 g), masło (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Maliny (50 g)	Maliny (50 g)	Maliny (50 g) Kanapka z szynką i sałatą: chleb razowy (50 g), masło (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Maliny (50 g)	Maliny (50 g)
Obiad	Rosół z makaronem (300 ml) <u>(JAJ, GLU, SEL.)</u> Tradycyjny kotlet schabowy (100 g) <u>(GLU PSZ, JAJ.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Mizeria z jogurtem (200 g) <u>(MLE.)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Rosół z makaronem (300 ml) <u>(JAJ, GLU, SEL.)</u> Schab gotowany (100 g) Sos własny (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Bukiet warzyw gotowany z olejem (200 g) Kompot owocowy (250 ml)	Rosół z makaronem (300 ml) <u>(JAJ, GLU, SEL.)</u> Schab gotowany (100 g) Sos własny (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Mizeria z jogurtem (200 g) <u>(MLE.)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml)	Rosół z makaronem (300 ml) <u>(JAJ, GLU, SEL.)</u> Schab gotowany (100 g) Sos własny (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (150 g) Mizeria z jogurtem (150 g) <u>(MLE.)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml)	Rosół z makaronem (300 ml) <u>(JAJ, GLU, SEL.)</u> Schab gotowany (100 g) Sos własny (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Bukiet warzyw gotowany z olejem (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Rosół z makaronem (300 ml) <u>(JAJ, GLU, SEL.)</u> Tradycyjny kotlet schabowy (100 g) <u>(GLU PSZ, JAJ.)</u> Schab gotowany (100 g) Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Mizeria z jogurtem (200 g) <u>(MLE.)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Rosół z makaronem jarski (300 ml) <u>(JAJ, GLU, SEL.)</u> Kotlet wegetariański (100 g) <u>(GLU, JAJ, SEL, SOJ, MLE, ORZ.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Mizeria z jogurtem (200 g) <u>(MLE.)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Rosół z makaronem <u>bezglutenowym</u> (300 ml) <u>(JAJ, SEL.)</u> Schab gotowany (100 g) B/GLUTENU Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Mizeria z jogurtem (200 g) <u>(MLE.)</u> Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek			Salatka z brokuła, kalafiora, oleju i koperku (100 g)			Bułka mleczna (40 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ, MLE, JAJ.)</u>		

Kolacja	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Serek homogenizowany z ziołami (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor b/skórki (100 g) Salata (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Butka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Serek homogenizowany z ziołami (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor b/skórki (100 g) Salata (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Żółty ser (30 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) Papryka świeża (30 g) Salata (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Żółty ser (30 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) Papryka świeża (30 g) Salata (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka wieprzowa wędzona (80 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor (80 g) Papryka świeża (30 g) Salata (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Żółty ser (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) Papryka świeża (30 g) Salata (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Żółty ser (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) Papryka świeża (30 g) Salata (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Pieczynko bezglutenowe (100 g) Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Polędwica sopocka z firmy Balcerzak (30 g) <u>(SOJ.)</u> Żółty ser (30 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) Papryka świeża (30 g) Salata (20 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Sok warzywno – owocowy 100% (200 ml)	Sok warzywno – owocowy 100% (200 ml)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33 l (1 szt.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33 l (1 szt.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33 l (1 szt.)	Sok warzywno – owocowy 100% (200 ml)	Sok warzywno – owocowy 100% (200 ml)	Sok warzywno – owocowy 100% (200 ml)

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Poniedziałek 25.08.2025	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobo- wa (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)	Dieta wegetariańska (WE)	Dieta bezglutenowa
Śniadanie	Kasza manna na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ., MLE.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser fromage (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa z kurczaka (20 g) Pomidor b/skórki (100 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ., MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser fromage (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa z kurczaka (20 g) Pomidor b/skórki (100 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL, GLU PSZ.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Ser fromage (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa z kurczaka (20 g) Ogórek świeży (50 g) Pomidor (50 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL, GLU PSZ.)</u> Masło 82% (15 g) <u>(MLE)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Ser fromage (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa z kurczaka (20 g) Ogórek świeży (50 g) Pomidor (50 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ., SOJ.)</u> Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa z kurczaka (50 g) Ogórek świeży (50 g) Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na mleku (250 ml) <u>(GLU PSZ., MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser fromage (70 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa z kurczaka (40 g) Ogórek świeży (50 g) Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Zupa mleczna z makaronem (250 ml) <u>(GLU PSZ., JAJ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Parówki wegetariańskie (90 g) <u>(SOJ, GLU PSZ., MLE, ORZ)</u> Serek kremowy kanapkowy (20 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor b/skórki (60 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Ryż na mleku (250 g) <u>(MLE.)</u> Pieczywo bezglutenowe (100 g) Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser fromage (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa z kurczaka Drobimex (20 g) Ogórek świeży (50 g) Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)
II śniadanie (podawane wraz ze śniadaniem)	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Pomarańcza 1 szt. Wafle ryżowe (30 g)	Pomarańcza 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Ciastka Petit Beurre (50 g) <u>(GLU PSZ., MLE.)</u>	Banan 1 szt.

Obiad	Zupa fasolowa z ziemniakami (400 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Pierogi z serem (300 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE.)</u> Sos jogurtowo-truskawkowy (100 g) <u>(MLE)</u> Surówka z marchwi i jabłka z olejem (200 g) Kompot owocowy (250 ml)	Zupa dyniowa (300 ml) (dynia, bulion mięsny, seler, pomidor, ziemniaki, cebula, czosnek, oliwa z oliwek, kurkuma, bazylia, śmietana 12%) <u>(MLE, SEL.)</u> Makaron drobny (200 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (100 g) Sos ziołowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi i jabłka z olejem (200 g) <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Zupa fasolowa z ziemniakami (400 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Makaron pełnoziarnisty (200 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (100 g) Sos ziołowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi i jabłka z olejem (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa fasolowa z ziemniakami (400 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Makaron pełnoziarnisty (150 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (100 g) Sos ziołowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi i jabłka z olejem (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa fasolowa z ziemniakami (400 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Makaron pełnoziarnisty (150 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (100 g) Sos ziołowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi i jabłka z olejem (200 g) Kompot owocowy (250 ml)	Zupa fasolowa z ziemniakami (400 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Pierogi z serem (400 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE.)</u> Sos jogurtowo-truskawkowy (150 g) <u>(MLE)</u> Surówka z marchwi i jabłka z olejem (200 g) Kompot owocowy (250 ml)	Barszcz czerwony z ziemniakami na bulionie warzywnym 300 ml <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Sos jarzynowy 100 g <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza gryczana gotowana 180 g Kotlet z ciecierzycy 100 g <u>(GLU PSZ, JAJA)</u> Mieszanka królewska gotowana 150 g <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Zupa fasolowa z ziemniakami B/GLUTENU (dopuszczalny dodatek mąki ryżowej) (400 ml) <u>(SEL.)</u> Makaron bezglutenowy (200 g) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (100 g) Sos ziołowy B/GLUTENU (80 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Surówka z marchwi i jabłka z olejem (200 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek (podawany wraz z obiadem)			Serek homogenizowany naturalny (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>			Serek homogenizowany (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>		
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u>	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 2 szt. (100 g) <u>(SOJ, SEL, GOR.)</u>	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u>	Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 2 szt.	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Parówki wysokogatunkowe	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Szynka wegetariańska (60 g) <u>(SOJ,</u>	Pieczynko bezglutenowe (100 g) Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 2 szt.

	Parówki wysokogatunko we z indyka na ciepło 2 szt. (100 g) <u>(SOJ, SEL, GOR.)</u> Ogórek kiszony (100 g) Ketchup (15 g) Herbata czarna (250 ml)	Pomidor b/skórki (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Parówki wysokogatunko we z indyka na ciepło 2 szt. (100 g) <u>(SOJ, SEL, GOR.)</u> Ogórek kiszony (50 g) Ketchup (15 g) Herbata b/c (250 ml)	(100 g) <u>(SOJ, SEL, GOR.)</u> Ogórek kiszony (50 g) Herbata b/c (250 ml)	bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Parówki wysokogatunko we z indyka na ciepło 2 szt. (100 g) <u>(SOJ, SEL, GOR.)</u> Ogórek kiszony (50 g) Ketchup (15 g) Herbata b/c (250 ml)	z indyka na ciepło 3 szt. (150 g) <u>(SOJ, SEL, GOR.)</u> Ogórek kiszony (50 g) Ketchup (15 g) Herbata czarna (250 ml)	<u>(GLU PSZ, MLE, ORZ.)</u> Pomidor b/skórki (100 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	(100 g) <u>(SOJ, SEL, GOR.)</u> Ogórek kiszony (100 g) Ketchup (15 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny (podawany wraz z kolacją)	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Kanapka z serem żółtym i ogórkiem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), ser żółty (25 g), ogórek (15 g) <u>(GLU PSZ, GOR, MLE.)</u>	Kanapka z szynką i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u>	Wafle ryżowe (50 g)	Kanapka z serem żółtym i ogórkiem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), ser żółty (25 g), ogórek (15 g) <u>(GLU PSZ, GOR, MLE.)</u>	Kisiel owocowy (200 ml)	Wafle ryżowe (50 g)

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Wtorek 26.08.2025	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)	Dieta wegetariańska (WE)	Dieta bezglutenowa
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku (300 ml) <u>(MLE.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser żółty (30 g) <u>(MLE.)</u> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki jaglane na mleku (300 ml) <u>(MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Serek homo. naturalny (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki jaglane na niesłodzonym napoju migdałowym b/c (250 ml) <u>(ORZ.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Ser żółty (30 g) <u>(MLE.)</u> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki jaglane na niesłodzonym napoju migdałowym b/c (250 ml) <u>(ORZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Ser żółty (30 g) <u>(MLE.)</u> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki jaglane na niesłodzonym napoju migdałowym (250 ml) <u>(ORZ.)</u> Bułka grahamka (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka delikatesowa z kurcząt (60 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki jaglane na mleku (300 ml) <u>(MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynka delikatesowa z kurcząt (50 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki jaglane na mleku (300 ml) <u>(MLE.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki jaglane na mleku (300 ml) <u>(MLE.)</u> Pieczywo bezglutenowe (100 g) Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser żółty (30 g) <u>(MLE.)</u> Szynka delikatesowa z kurcząt z firmy Drobimex (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)

II śniadanie (podawane wraz ze śniadaniem)	Owoc sezonowy pestkowy (100 g)	Jabłko pieczone 1 szt. (120 g)	Jabłko 1 szt. Jogurt naturalny 2,5% tł. (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Owoc sezonowy pestkowy (100 g)	Owoc sezonowy pestkowy (100 g)	Owoc sezonowy pestkowy (100 g)	Owoc sezonowy pestkowy (100 g)	Owoc sezonowy pestkowy (100 g)
Obiad	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (100 g) Sos jarzynowy (80 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Buraczki gotowane drobno tarte b/c (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka gotowany (100 g) Sos jarzynowy (80 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Marchew gotowana z olejem (100 g) Buraczki gotowane drobno tarte b/c (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (100 g) Sos jarzynowy (80 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi b/c (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (150 g) Medalion z indyka gotowany (100 g) Sos jarzynowy (80 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi b/c (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) <u>(SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (100 g) Sos jarzynowy (80 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi b/c (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (150 g) Sos jarzynowy (100 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Buraczki gotowane drobno tarte b/c (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Kalafiorowa z ryżem na bulionie warzywnym (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Sznycel roślinny (Dobra kaloria) (100 g) <u>(ORZ, SEZ, SEL, GOR)</u> Sos jarzynowy (80 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Buraczki gotowane drobno tarte b/c (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Krupnik z <u>kaszy jaglanej bez glutenu</u> (300 ml) <u>(SEL)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (bez panierki, z dodatkiem soli, pieprzu B/G i majeranku) (100 g) Sos jarzynowy <u>bez glutenu</u> (z dodatkiem mąki ryżowej) (80 g) <u>(SEL.)</u> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Buraczki gotowane drobno tarte <u>(bez glutenu)</u> (100 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek (podawany wraz z obiadem)			Sok pomidorowy (200 ml)			Serek wiejski owocowy (150 g) <u>(MLE)</u>		

Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Gulaszowa z mięsem drobiowym (200 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Szynka drobiowa (30 g) Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Dietetyczna gulaszowa z mięsem drobiowym b/c (200 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Szynka drobiowa (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Dietetyczna gulaszowa z mięsem drobiowym b/c (200 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Szynka drobiowa (30 g) Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Dietetyczna gulaszowa z mięsem drobiowym b/c (200 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Szynka drobiowa (30 g) Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Dietetyczna gulaszowa z mięsem drobiowym b/c (200 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Szynka drobiowa (30 g) Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Gulaszowa z mięsem drobiowym (200 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Szynka drobiowa (50 g) Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta z suszonych pomidorów ze słonecznikiem 60 g Serek Kiri kostka 17 g <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Pieczczywo bezglutenowe (100 g) Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Jajko gotowane (60 g) 1 szt. Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny (podawany wraz z kolacją)	Deser mleczny z ryżem (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Deser mleczny z ryżem (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Kanapka z szynką drobiową i ogórkiem konserwowym (1 szt.) skład: chleb razowy (40 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (25 g), ogórek konserwowy	Kanapka z szynką drobiową i ogórkiem konserwowym (1 szt.) skład: chleb razowy (40 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (25 g), ogórek konserwowy	Kanapka z szynką drobiową i ogórkiem konserwowym (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (5 g), szynka	Kanapka z szynką drobiową i ogórkiem konserwowym (1 szt.) skład: chleb razowy (40 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (25 g), ogórek konserwowy (15 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)</u>	Deser mleczny z ryżem (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Deser mleczny z ryżem (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>

			(15 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)</u>	(15 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)</u>	drobiowa (25 g), ogórek konserwowy (15 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, GOR.)</u>			
--	--	--	--	--	--	--	--	--

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Środa 27.08.2025	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wyzdzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)	Dieta wegetariańska (WE)	Dieta bezglutenowa
Śniadanie	Kasza manna na mleku (250 g) <u>(GLU, MLE.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u>	Kasza manna na mleku (250 g) <u>(GLU, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy (30 g) Hohland 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL, GLU.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u>	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL, GLU.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) <u>(SOJ, GOR.)</u>	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL, GLU.)</u> Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka delikatesowa z kurcząt (50 g) <u>(SOJ, GOR.)</u>	Kasza manna na mleku (250 g) <u>(GLU, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka delikatesowa z kurcząt (50 g) <u>(SOJ, GOR.)</u>	Kasza manna na mleku (250 g) <u>(GLU, MLE.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Wegańska kiełbasa roślinna wędzona	Kasza kukurydziana (firma Sante) na mleku (250 g) <u>(MLE.)</u> Pieczywo bezglutenowe (100 g) Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Filet z kurczaka gotowany na parze bez glutenu (80 g)

	Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Ser topiony trójkąt (17,5 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Salatka z pomidorów b/skórki i koperku (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy (30 g) Hohland 1 szt. <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy (30 g) Hohland 1 szt. <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Ser topiony trójkąt (17,5 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	250g(<u>GLU PSZ, MLE, ORZ.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
II śniadanie (podawane wraz ze śniadaniem)	Brzoskwinia 1 szt. (120 g)	Brzoskwinia 1 szt. (120 g)	Brzoskwinia 1 szt. (120 g) Kanapka z szynką i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)</u>	Brzoskwinia 1 szt. (120 g)	Brzoskwinia 1 szt. (120 g)	Brzoskwinia 1 szt. (120 g)	Brzoskwinia 1 szt. (120 g)	Brzoskwinia 1 szt. (120 g)
Obiad	Barszcz czerwony zabielany z makaronem (300 ml)	Barszcz czerwony z ziemniakami (300 ml) <u>(MLE, SEL, GLU PSZ.)</u>	Barszcz czerwony zabielany z makaronem b/c (300 ml)	Barszcz czerwony zabielany z makaronem b/c (200 ml)	Barszcz czerwony z ziemniakami b/mleka (300	Barszcz czerwony zabielany z makaronem (300 ml) <u>(MLE, SEL, GLU PSZ.)</u>	Zupa szczawiowa z ziemniakami na bulionie	Barszcz czerwony czysty z ryżem <u>bez</u> <u>glutenu</u> (300 ml) <u>(SEL)</u>

	<u>(MLE, SEL, GLU PSZ.)</u> Kluski śląskie (150 g) <u>(JAJ.)</u> Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym <u>(GLU, SEL.)</u> (100 g/80 g) Seler z pietruszką gotowany z olejem b/c (100 g) <u>(SEL.)</u> Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Kluski śląskie (150 g) <u>(JAJ.)</u> Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym <u>(GLU, SEL.)</u> (100 g/80 g) Seler z pietruszką gotowany z olejem b/c (100 g) <u>(SEL.)</u> Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	<u>(MLE, SEL, GLU PSZ.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym <u>(GLU, SEL.)</u> (100 g/80 g) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) <u>(SEL.)</u> Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	<u>(MLE, SEL, GLU PSZ.)</u> Ziemniaki z koperkiem (150 g) Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym <u>(GLU, SEL.)</u> (100 g/80 g) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) <u>(SEL.)</u> Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym <u>(GLU, SEL.)</u> (100 g/80 g) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) <u>(SEL.)</u> Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kluski śląskie (150 g) <u>(JAJ.)</u> Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym <u>(GLU, SEL.)</u> (120 g/90 g) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) <u>(SEL.)</u> Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	warzywnym 300 ml. <u>(GLU PSZ, MLE,)</u> Naleśniki z serem na słodko 2szt 200 g <u>(GLU, JAJ, SEL, GOR, SEZ.)</u> Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g <u>(MLE,)</u> Surówka z marchewki, selera i jabłka 150 g <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Kluski śląskie <u>(bez glutenu!)</u> (150 g) <u>(JAJ.)</u> Duszone bitki wieprzowe bez glutenu (dopuszczalne użycie mąki ryżowej lub ziemniaczanej) <u>(SEL.)</u> (120 g) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) <u>(SEL.)</u> Brokuł gotowany (100 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek (podawany wraz z obiadem)			Kisiel o smaku cytrynowym b/c (150 ml)			Budyń śmietankowy (150 g) <u>(MLE.)</u>		
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Kiełbasa śląska	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Kiełbasa drobiowa z piersi kurczaka (min. 90% mięsa) na ciepło (80 g) <u>(SOJ, SEL, GLU, MLE, GOR.)</u> Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Kiełbasa drobiowa z	Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Kiełbasa drobiowa z piersi kurczaka (min. 90% mięsa) na ciepło (80 g) <u>(SOJ, SEL,</u>	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Kiełbasa śląska wieprzowa z cebulką (80 g) Musztarda (saszetka 15 g) 1 szt. <u>(GOR.)</u>	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g)	Pieczyno bezglutenowe (100 g) Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Żółty ser (80 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)

	wieprzowa z cebulką (80 g) Musztarda (saszetka 15 g) 1 szt. <u>(GOR.)</u> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Herbata czarna (250 ml)	piersi kurczaka (min. 90% mięsa) na ciepło (80 g) <u>(SOJ, SEL, GLU, MLE, GOR.)</u> Musztarda (saszetka 15 g) 1 szt. <u>(GOR.)</u> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	<u>GLU, MLE, GOR.)</u> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	zaw. 80% tł. (20 g) Kiełbasa śląska wieprzowa z cebulką (80 g) Musztarda (saszetka 15 g) 1 szt. <u>(GOR.)</u> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Serek wiejski 1szt. 150 g (MLE) Miód wielokwiatowy 1szt. 20g. Herbata czarna (250 ml)	
Posiłek nocny (podawany wraz z kolacją)	Wafle ryżowe (50 g)	Banan (120 g) 1 szt.	Kanapka z jajkiem i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), jajko (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE.)</u>	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Kanapka z jajkiem i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), jajko (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE.)</u>	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Czwartek 28.08.2025	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobowa (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)	Dieta wegetariańska (WE)	Dieta bezglutenowa
--------------------------------	--------------------------------	--	---	---	--------------------------------------	---	---------------------------------------	-----------------------

Śniadanie	Makaron na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszena (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Ogórek świeży (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Makaron na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Pomidor b/skórki (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL, GLU PSZ.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Ogórek świeży (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL, GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Ogórek świeży (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL, GLU PSZ.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Ogórek świeży (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Makaron na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszena (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Pasta z makreli wędzonej z warzywami (120 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Ogórek świeży (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Makaron na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszena (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Żółty ser (40 g) <u>(MLE.)</u> Serek Kiri (kostka) 17 g <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Ryż na mleku (250 g) <u>(MLE.)</u> Pieczywo bezglutenowe (100 g) Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Makrela wędzona (100 g) Rzodkiewka (80 g) Ogórek kiszony (50 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
II śniadanie (podawane wraz ze śniadaniem)	Kiwi (1 szt.) (90 g)	Deser mleczny (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Kiwi (1 szt.) (90 g)	Kiwi (1 szt.) (90 g)	Kiwi (1 szt.) (90 g)	Kiwi (1 szt.) (90 g)	Kiwi (1 szt.) (90 g)	Deser mleczny (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u> <u>(bez glutenu!)</u>
Obiad	Pieczarkowa z makaronem (300 ml)	Zupa grysikowa (300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u>	Pieczarkowa z makaronem	Pieczarkowa z makaronem	Zupa grysikowa	Pieczarkowa z makaronem (300 ml)	Pieczarkowa z makaronem	Zupa koperkowa z

	ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet drobiowy pieczony (100 g) Sos ziołowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka szwedzka z olejem (100 g) <u>(GOR.)</u> Buraczki gotowane drobno tarte (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet drobiowy pieczony (100 g) Sos ziołowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Marchew gotowana z olejem (100 g) Buraczki gotowane drobno tarte (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	(300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet drobiowy pieczony (100 g) Sos ziołowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka szwedzka z olejem b/c (100 g) <u>(GOR.)</u> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	(300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (150 g) Filet drobiowy pieczony (100 g) Sos ziołowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka szwedzka z olejem b/c (100 g) <u>(GOR.)</u> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	(300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet drobiowy pieczony (100 g) Sos ziołowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka szwedzka z olejem b/c (100 g) <u>(GOR.)</u> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	<u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet drobiowy pieczony (150 g) Sos ziołowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka szwedzka z olejem b/c (100 g) <u>(GOR.)</u> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	na bulionie warzywnym (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Gulasz z ciecierzycy z warzywami (150 g) <u>(MLE, SEL, GLU.)</u> Sałatka szwedzka z olejem (100 g) <u>(GOR.)</u> Buraczki gotowane drobno tarte (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	ziemniakami bez dodatku mąki (bez glutenu!) (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Kasza gryczana (200 g) Karkówka duszona w sosie własnym (120 g) bez glutenu Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem (100 g) Marchew gotowana (bez glutenu!) z olejem (100 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek (podawany wraz z obiadem)			Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego (150 g)			Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego (150 g)		
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u>	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u>	Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u>	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u>	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u>	Pieczyno bezglutenowe (100 g) Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Schab pieczony wieprzowy z firmy

	Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Ćwikła z chrzanem b/c (80 g) (MLE, SO2) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Ćwikła z jabłkiem b/c (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Masło 82% (20 g) (MLE) Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Ćwikła z chrzanem b/c (80 g) (MLE, SO2) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Ćwikła z chrzanem b/c (80 g) (MLE, SO2) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Ćwikła z jabłkiem b/c (80 g) Pomidor (100 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Schab wieprzowy, wędzony, parzony (80 g) Ćwikła z chrzanem b/c (80 g) (MLE, SO2) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Masło (82%) (20 g) (MLE) Jajko gotowane 1 szt. (JAJ.) Ogórek zielony (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Balcerzak (60 g) Papryka czerwona (120 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny (podawany wraz z kolacją)	Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego (150 g)	Deser mleczny (150 g) 1 szt. (MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego (150 g)	Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego (150 g)	Kanapka z szynką i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego (150 g)	Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego (150 g)
Wartości:	Energia: 2145 kcal, Białko: 103 g, Tłuszcze ogółem: 77 g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe (SFA): 34,6 g Węglowodany: 265 g, w tym cukry proste: 68 g Błonnik: 35 g	Energia: 2417 kcal, Białko: 108 g, Tłuszcze ogółem: 79,8 g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe (SFA): 30,2 g Węglowodany: 314,1 g, w tym cukry proste: 79,4 g Błonnik: 18,4 g Sól: 4,7 g	Energia: 2458 kcal, Białko: 113 g, Tłuszcze ogółem: 99,2 g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe (SFA): 35,5 g Węglowodany:	Energia: 1660 kcal, Białko: 84 g, Tłuszcze ogółem: 53 g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe (SFA): 13 g Węglowodany: 140 g, w tym	Energia: 2091 kcal, Białko: 95 g, Tłuszcze ogółem: 74 g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe (SFA): 14,5 g Węglowodany: 219 g, w tym	Energia: 2369 kcal, Białko: 129 g, Tłuszcze ogółem: 67 g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe (SFA): 16,6 g Węglowodany: 265 g, w tym cukry proste: 61 g Błonnik: 32 g, Sól: 9 g	Energia: 2338 kcal, Białko: 92 g, Tłuszcze ogółem: 97 g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe (SFA): 33 g Węglowodany: 309 g, w tym	Energia: 2387 kcal, Białko: 103 g, Tłuszcze ogółem: 106 g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe (SFA): 37 g Węglowodany:

	Sól: 5,5 g		287,2 g, w tym cukry proste: 63,2 g Błonnik: 44,4 g Sól: 5,8 g	cukry proste: 43 g Błonnik: 32 g Sól: 7 g	cukry proste: 50,5 g, Błonnik: 34 g Sól: 8,1 g		cukry proste: 86 g, Błonnik: 45 g, Sól: 10 g	261 g, w tym cukry proste: 97 g, Błonnik: 35 g, Sól: 9 g
--	------------	--	--	--	---	--	--	---

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jakościach.

Piątek 29.08.2025	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)	Dieta wegetariańska (WE)	Dieta bezglutenowa
Śniadanie	Kasza manna na niesłodzonym napoju migdałowym (250 ml) ze świeżymi malinami (30 g) <u>(GLU PSZ, ORZ.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszena (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u>	Kasza manna na niesłodzonym napoju migdałowym (250 ml) ze świeżymi malinami (30 g) <u>(GLU PSZ, ORZ.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <u>(MLE.)</u> Dżem (25 g) 1 szt. Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na niesłodzonym napoju migdałowym (250 ml) ze świeżymi malinami (30 g) b/c <u>(GLU PSZ, ORZ.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u>	Kasza manna na niesłodzonym napoju migdałowym (250 ml) ze świeżymi malinami (30 g) b/c <u>(GLU PSZ, ORZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g)	Kasza manna na niesłodzonym napoju migdałowym (250 ml) ze świeżymi malinami (30 g) <u>(GLU PSZ, ORZ.)</u> Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u>	Kasza manna na niesłodzonym napoju migdałowym (250 ml) ze świeżymi malinami (30 g) <u>(GLU PSZ, ORZ.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszena (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <u>(MLE.)</u> Dżem (25 g) 1 szt. Pomidor (80 g)	Kasza manna na niesłodzonym napoju migdałowym (250 ml) ze świeżymi malinami (30 g) <u>(GLU PSZ, ORZ.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszena (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u>	Kasza jaglana na niesłodzonym napoju migdałowym (250 ml) ze świeżymi malinami (30 g) <u>(ORZ.)</u> Pieczywo bezglutenowe (100 g) Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <u>(MLE.)</u> Dżem z firmy Łowicz (25 g)

	Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <u>(MLE.)</u> Dżem (25 g) 1 szt. Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)		Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Paprykarz szczeciński (120 g) <u>(RYB.)</u> Herbata czarna (250 ml)	Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <u>(MLE.)</u> Dżem (25 g) 1 szt. Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
II śniadanie (podawane wraz ze śniadaniem)	Borówka amerykańska (100 g)	Banan 1 szt.	Borówka amerykańska (100 g) Wafle ryżowe (30 g)	Borówka amerykańska (100 g)	Borówka amerykańska (100 g)	Borówka amerykańska (100 g)	Borówka amerykańska (100 g)	Borówka amerykańska (100 g)
Obiad	Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (100 g) <u>(RYB.)</u> Sos cytrynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka z olejem b/c (200 g) Kompot owocowy (250 ml)	Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna gotowana (100 g) <u>(RYB.)</u> Sos pietruszkowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Marchew gotowana (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (100 g) <u>(RYB.)</u> Sos cytrynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka z olejem b/c (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (150 g) Miruna gotowana (80 g) <u>(RYB.)</u> Sos cytrynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka z olejem b/c (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Brokułowa z ryżem b/mleka (300 ml) <u>(SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (100 g) <u>(RYB.)</u> Sos cytrynowy b/mleka (80 ml) <u>(GLU PSZ.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka z olejem b/c (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (150 g) <u>(RYB.)</u> Sos cytrynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka z olejem b/c (200 g) Kompot owocowy (250 ml)	Brokułowa z ryżem na bulionie warzywnym (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Pierogi ruskie parowane z olejem (250 g) <u>(GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka z olejem b/c (200 g) Kompot owocowy (250 ml)	Rosół z makaronem bezglutenowym (300 ml) <u>(SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona bez panierki (bez glutenu!) (100 g) <u>(RYB.)</u> Sos jogurtowo-koperkowy (80 ml) <u>(MLE.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g)

								Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek (podawany wraz z obiadem)			Jogurt naturalny 2,5% (150 g) <u>(MLE.)</u>			Jogurt naturalny 2,5% (150 g) <u>(MLE.)</u>		
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta jajeczna z koperkiem (100 g) <u>(JAJ.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Pasta z białek z koperkiem (100 g) <u>(JAJ, MLE)</u> Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta jajeczna z koperkiem (100 g) <u>(JAJ.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta jajeczna z koperkiem (100 g) <u>(JAJ.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Pasta jajeczna z koperkiem (b/mleka) (60 g) <u>(JAJ.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta jajeczna z koperkiem (120 g) <u>(JAJ.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta jajeczna z koperkiem (100 g) <u>(JAJ.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Pieczewo bezglutenowe (100 g) Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta jajeczna ze szczypiorkiem <u>(bez glutenu)</u> (100 g) <u>(JAJ.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny (podawany wraz z kolacją)	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Kanapka z serem żółtym i ogórkiem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), ser żółty (25 g), ogórek (15 g)	Kanapka z szynką i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Kanapka z serem żółtym i ogórkiem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), ser żółty (25 g), ogórek (15 g) <u>(GLU PSZ, GOR, MLE.)</u>	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)

			<u>(GLU PSZ, GOR, MLE.)</u>	<u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u>				
Wartosci:	Energia: 2102 kcal Białko: 87,8 g Tłuszcze: 70,3 g (SFA: 26,0 g) Węglowodany: 285,2 g (cukry: 90,6 g) Błonnik: 33,1 g Sól: 9,1 g	Energia: 1984 kcal Białko: 87,8 g Tłuszcze: 44,4 g (SFA: 17,0 g) Węglowodany: 266,0 g (cukry: 86,9 g) Błonnik: 23,9 g Sól: 5,9 g	Energia: 1993 kcal Białko: 98,8 g Tłuszcze: 68,1 g (SFA: 24,8 g) Węglowodany: 250,1 g (cukry: 73,3 g) Błonnik: 32,6 g Sól: 9,7 g	Energia: 1512 kcal Białko: 82,6 g Tłuszcze: 58,6 g (SFA: 20,3 g) Węglowodany: 166,2 g (cukry: 68,1 g) Błonnik: 23,7 g Sól: 8,4 g	Energia: 1809 kcal Białko: 64,6 g Tłuszcze: 65,3 g (SFA: 14,9 g) Węglowodany: 242,9 g (cukry: 58,0 g) Błonnik: 31,0 g Sól: 8,8 g	Energia: 2449 kcal Białko: 110,4 g Tłuszcze: 70,6 g (SFA: 23,6 g) Węglowodany: 298,2 g (cukry: 95,2 g) Błonnik: 38,4 g Sól: 11,0 g	Energia: 2165 kcal Białko: 88,2 g Tłuszcze: 74,0 g (SFA: 26,5 g) Węglowodany: 295,2 g (cukry: 93,6 g) Błonnik: 35,9 g Sól: 11,7 g	Energia: 1873 kcal Białko: 80,1 g Tłuszcze: 62,9 g (SFA: 24,6 g) Węglowodany: 247,6 g (cukry: 80,2 g) Błonnik: 26,2 g Sól: 7,8 g

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Sobota 30.08.2025	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)	Dieta wegetariańska (WE)	Dieta bezglutenowa
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Płatki pszenne na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym	Płatki kukurydziane na mleku (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Płatki pszenne na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Płatki kukurydziane na mleku (250 ml) <u>(MLE.)</u>

	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (30 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Twaróg półtłusty (30 g) <u>(MLE.)</u> Lekkostrawna sałatka jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (30 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Twaróg półtłusty (30 g) <u>(MLE.)</u> Lekkostrawna sałatka jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	(250 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Szynka drobiowa (60 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Lekkostrawna sałatka jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	(250 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Szynka drobiowa (60 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Lekkostrawna sałatka jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	(250 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Salatka jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Salatka jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser żółty (60 g) <u>(MLE.)</u> Salatka jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	<u>Pieczywo bezglutenowe</u> (100 g) Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (70 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Papryka świeża (50 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)
II śniadanie	Budyń śmietankowy (150 g) <u>(MLE.)</u>	Budyń śmietankowy (150 g) <u>(MLE.)</u>	Pomarańcza (220 g) 1 szt. Orzechy włoskie łuskane (30 g) <u>(ORZ.)</u>	Pomarańcza (220 g) 1 szt.	Pomarańcza (250 g) 1 szt. Orzechy włoskie łuskane (30 g) <u>(ORZ.)</u>	Pomarańcza (220 g) 1 szt. Orzechy włoskie łuskane (30 g) <u>(ORZ.)</u>	Budyń śmietankowy (150 g) <u>(MLE.)</u>	Pomarańcza (220 g) 1 szt.
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ., MLE, SEL.)</u>	Ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ., MLE, SEL.)</u>	Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ., MLE, SEL.)</u>	Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ., MLE, SEL.)</u>	Ogórkowa z ziemniakami b/mleka (300 ml) <u>(GLU PSZ., MLE, SEL.)</u>	Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ., MLE, SEL.)</u>	Ogórkowa z ziemniakami na bulionie	Zupa wiosenna krem <u>bez glutenu</u> (300 ml) <u>(SEL.)</u>

	<u>PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Marchew gotowana (200 g) Kompot owocowy (250 ml)	Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Marchew gotowana (200 g) Kompot owocowy (250 ml)	<u>PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	<u>PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (150 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Potrawka drobiowa (150 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Potrawka drobiowa (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	warzywnym (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ryż biały gotowany (200 g) Sos po chińsku z warzywami i fasolą białą (150 g) <u>(SOJ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem (200 g) Filet z kurczaka gotowany (120 g) <u>(SEL.)</u> Sos koperkowy (bez glutenu) 50 g <u>(SEL.)</u> Surówka z selera i jabłka (150 g) <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek			Serek naturalny (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>			Serek waniliowy (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>		
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Paszтет drobiowy (50	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Szyunka drobiowa (80 g) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u>	Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Szyunka drobiowa (80 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Paszтет drobiowy (50 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</u> Szyunka drobiowa (50 g)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Paszтет wegetariański (100 g) <u>(GLU</u>	Pieczywo bezglutenowe (100 g) Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Polędwica sopocka (50 g) <u>(SOJ.)</u> Ogórek kiszony (50 g) Sałata zielona (10 g)

	g) (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Szynka drobiowa (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)		Szynka drobiowa (80 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Herbata b/c (250 ml)	zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (80 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	<u>PSZ, JAJ, SEL.</u> Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Napój sojowy (250 ml) (<u>SOJ.</u>)	Napój sojowy (250 ml) (<u>SOJ.</u>)	Kanapka z szynką i pomidorem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), pomidor (15 g) (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Napój sojowy (250 ml) (<u>SOJ.</u>)	Kanapka z szynką i pomidorem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (5 g), szynka (25 g), pomidor (15 g) (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Kanapka z szynką i pomidorem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), pomidor (15 g) (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Napój sojowy (250 ml) (<u>SOJ.</u>)	Sok warzywny (200 ml) (<u>SEL.</u>)
Wartości:	Kaloryczność: 2383 kcal Białko: 104,2 g Tłuszcz ogółem: 113,0 g Nasycone kwasy tłuszczowe (SFA): 46,7 g Węglowodany: 299,8 g	Kaloryczność: 2381 kcal Białko: 104,6 g Tłuszcz ogółem: 84,2 g Nasycone kwasy tłuszczowe (SFA): 33,9 g Węglowodany: 308,7 g Cukry proste: 97,8 g Sól: 10,5 g Błonnik: 18,6 g	Kaloryczność: 2284 kcal Białko: 102,3 g Tłuszcz ogółem: 94,4 g Nasycone kwasy tłuszczowe (SFA): 30,6 g Węglowodany: 268,8 g Cukry proste: 65,2 g Sól: 11,8 g	Kaloryczność: 1643,5 kcal Białko: 74,7 g Tłuszcz ogółem: 62,1 g Nasycone kwasy tłuszczowe (SFA): 21,1 g Węglowodany: 207,2 g Cukry proste: 73,3 g	Kaloryczność: 2217,5 kcal Białko: 90,8 g Tłuszcz ogółem: 85,1 g Nasycone kwasy tłuszczowe (SFA): 17,5 g Węglowodany: 288,3 g Cukry proste: 81,2 g	Kaloryczność: 2866,6 kcal Białko: 114,6 g Tłuszcz ogółem: 122,7 g Nasycone kwasy tłuszczowe (SFA): 44,9 g Węglowodany: 342,3 g Cukry proste: 126,6 g Sól: 8,1 g Błonnik: 38,5 g	Kaloryczność: 2205 kcal Białko: 73,6 g Tłuszcz ogółem: 98,8 g Nasycone kwasy tłuszczowe (SFA): 36,5 g Węglowodany: 259,1 g Cukry proste: 92,5 g Sól: 7,8 g	Kaloryczność: 2039,8 kcal Białko: 87,5 g Tłuszcz ogółem: 49,5 g Nasycone kwasy tłuszczowe (SFA): 20,4 g Węglowodany: 218,6 g Cukry proste: 96,0 g Sól: 5,5 g Błonnik: 25,6 g

	Cukry proste: 93,8 g Sól: 7,4 g Błonnik: 33,3 g		Błonnik: 44,6 g	Sól: 8,7 g Błonnik: 37,7 g	Sól: 8,7 g Błonnik: 40,3 g		Błonnik: 31,9 g	
--	--	--	-----------------	-------------------------------	-------------------------------	--	-----------------	--

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Niedziela 31.08.2025	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)	Dieta wegetariańska (WE)	Dieta bezglutenowa
Śniadanie	Zupa mleczna z ryżem (250 ml) (MLE.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Szynka drobiowa (30 g) (SOJ, GOR.)	Zupa mleczna z ryżem (250 ml) (MLE.) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Ser mozzarella kulki (50 g) (MLE.) Szynka drobiowa (30 g) (SOJ, GOR.) Pomidor b/skórki (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE.) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR.)	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL.) Masło 82% (20 g) (MLE.) Chleb razowy graham (90 g) (GLU PSZ.) Szynka drobiowa (30 g) (SOJ, GOR.) Ser mozzarella kulki (35 g) (MLE.) Pomidor (90 g) Sałata zielona (20 g)	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g)	Zupa mleczna z ryżem (250 ml) (MLE.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Szynka drobiowa (70 g) (SOJ, GOR.) Ser żółty (50 g) (MLE.) Pomidor (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Zupa mleczna z ryżem (250 ml) (MLE.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Ser żółty (40 g) (MLE.) Serek Fromage (40 g) (MLE.)	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (250 ml) (MLE.) <u>Pieczywo bezglutenowe</u> (100 g) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Jajko gotowane (50 g) 1 szt. (JAJ.) Polędwica sopocka (50 g) (SOJ.) Chrzan tarty (10 g) (MLE, SO2.) Pomidor (60 g)

	Ser żółty (30 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)		Ser mozzarella kulki (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Herbata czarna b/c (250 ml)	Szynka drobiowa (70 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Pomidor (100 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)		Pomidor (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)
II śniadanie	Jabłko (120 g) 1 szt.	Banan (120 g) 1 szt.	Jabłko (120 g) 1 szt. Wafle ryżowe (30 g)	Jabłko (120 g) 1 szt.	Jabłko (120 g) 1 szt.	Jabłko (120 g) 1 szt.	Jabłko (120 g) 1 szt.	Gruszka (150 g)
Obiad	Pomidorowa z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Udziec drobiowy pieczony (150 g) Sos jarzynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Pomidorowa z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Udziec drobiowy gotowany (150 g) Sos jarzynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Kalafior gotowany (200 g) Kompot owocowy (250 ml)	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Udziec drobiowy gotowany (150 g) Sos jarzynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (150 g) Udziec drobiowy gotowany (100 g) Sos jarzynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym b/mleka (300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Udziec drobiowy gotowany (150 g) Sos jarzynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Pomidorowa z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Udziec drobiowy pieczony (150 g) Sos jarzynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Pomidorowa z makaronem na bulionie warzywnym (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Kotlet jajeczny (120 g) <u>(GLU PSZ, SEL, JAJ.)</u> Sos jarzynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Fasolka szparagowa z wody (100 g)	Zupa krupnik z kaszą jaglaną (350 ml) <u>(SEL.)</u> Schab pieczony saute (bez glutenu) – wersja bez panierki, ze szczyptą soli, pieprzu i majeranku (150 g) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Bukiet warzyw gotowanych (100 g) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Kompot owocowy (250 ml)

							Kompot owocowy (250 ml)	
Podwieczorek			Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt. Wafle ryżowe (30 g)			Serek waniliowy (150 g) <u>(MLE.)</u>		Jogurt owocowy (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Polędwica delikatna (30 g) Sałatka caprese (150 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Polędwica delikatna (30 g) Sałatka caprese, b/skórki (80 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno- żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Polędwica delikatna (30 g) Sałatka caprese (150 g) <u>(MLE.)</u> Herbata b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Polędwica delikatna (30 g) Sałatka caprese (150 g) <u>(MLE.)</u> Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno- żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Ogórek kiszony (50 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Polędwica delikatna (70 g) Sałatka caprese (150 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Wędlina wegańska o smaku szynki 40g violife <u>(SOJ, GLU PSZ, MLE, ORZ)</u> Sałatka caprese (150 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna (250 ml)	<u>Pieczywo bezglutenowe</u> (100 g) Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Kiełbasa biała wieprzowa parzona Sokołów (100 g) Ćwikła z chrzanem b/c (80 g) <u>(MLE, SO2)</u> Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Wafle ryżowe (20 g) Sok warzywny Dawtona (300 ml)	Wafle ryżowe (20 g) Sok warzywny Dawtona (300 ml)	Wafle ryżowe (20 g) Sok warzywny Dawtona (300 ml)	Wafle ryżowe (20 g) Sok warzywny Dawtona (300 ml)	Wafle ryżowe (20 g) Sok warzywny Dawtona (300 ml)	Wafle ryżowe (20 g) Sok warzywny Dawtona (300 ml)	Wafle ryżowe (20 g) Sok warzywny Dawtona (300 ml)	Wafle ryżowe (20 g) Sok warzywny Dawtona (300 ml)
Wartości:	Energia: 2064 kcal	Energia: 2078 kcal Białko: 95,2 g	Energia: 2050 kcal	Energia: 1652 kcal	Energia: 2074 kcal	Energia: 2416 kcal Białko: 131,2 g	Energia: 2154 kcal	Energia: 2063 kcal

	Białko: 102,1 g Tłuszcz: 80,4 g — SFA: 37,8 g Węglowodany: 235,7 g — Cukry proste: 86,6 g Błonnik: 26,0 g Sól: 8,9 g	Tłuszcz: 56,3 g — SFA: 27,2 g Węglowodany: 199,5 g — Cukry proste: 85,8 g Błonnik: 19,5 g Sól: 7,8 g	Białko: 92,5 g Tłuszcz: 56,7 g — SFA: 24,3 g Węglowodany: 245,5 g — Cukry proste: 67,0 g Błonnik: 31,4 g Sól: 6,6 g	Białko: 77,1 g Tłuszcz: 64,7 g — SFA: 31,1 g Węglowodany: 191,5 g — Cukry proste: 72,3 g Błonnik: 23,6 g Sól: 7,2 g	Białko: 87,8 g Tłuszcz: 51,7 g — SFA: 13,4 g Węglowodany: 268,3 g — Cukry proste: 76,7 g Błonnik: 34,9 g Sól: 8,1 g	Tłuszcz: 95,6 g — SFA: 46,9 g Węglowodany: 261,2 g — Cukry proste: 68,7 g Błonnik: 26,2 g Sól: 8,1 g	Białko: 72,4 g Tłuszcz: 83,2 g — SFA: 45,4 g Węglowodany: 284,2 g — Cukry proste: 68,7 g Błonnik: 26,0 g Sól: 8,1 g	Białko: 105,9 g Tłuszcz: 80,8 g — SFA: 32,4 g Węglowodany: 231,6 g — Cukry proste: 63,9 g Błonnik: 27,6 g Sól: 9,4 g
--	---	--	--	--	--	--	--	---

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jakości pisie.