

		1	2	3	5	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	SUMA
2026-05-01 piątek	1 Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g (MLE) Cukier saszetka 1 szt		Zupa szczawiowa z jajkiem 400 ml (JAJ, MLE, SEL) Ryba po grecku 120 g (JAJ, RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (JAJ) Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g (MLE) Ogórek kiszony 40 g Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 061 Białko ogółem [g] 84,3 Węglowodany ogółem [g] 276 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 50,1 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Sód [mg] 2 739,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,2
	1 dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta rybno-jajeczna 80 g (JAJ, RYB, MLE) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g masło 82% 2 [Por] x 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt		Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml (SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera, marchwi i brzoskwini 100 g (MLE, SEL) Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 2 [Por] x 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 926,1 Białko ogółem [g] 87,8 Węglowodany ogółem [g] 234,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 53,5 Tłuszcz [g] 72,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 Sód [mg] 2 217,7 Błonnik pokarmowy [g] 18,3
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g	Koktajl z maślanki i truskawek z płatkami owsianymi 180 ml (GLU, MLE)	Zupa szczawiowa z jajkiem 400 ml (JAJ, MLE, SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (JAJ) Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 783,3 Białko ogółem [g] 80,6 Węglowodany ogółem [g] 233,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 34 Tłuszcz [g] 66,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 Sód [mg] 3 026,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,1
	1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta rybno-jajeczna 80 g (JAJ, RYB, MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt		Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml (SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Jajko gotowane bez żółtka 0,8 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 745,9 Białko ogółem [g] 92 Węglowodany ogółem [g] 220,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 45,8 Tłuszcz [g] 49,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,7 Sód [mg] 1 906,5 Błonnik pokarmowy [g] 16,3

2026-05-01 piątek

2 Dieta podstawowa	Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE)	Biszkopty 40 g (GLU, JAJ)	Zupa szczawiowa z jajkiem 400 ml (JAJ, MLE, SEL) Ryba po grecku 120 g (JAJ, RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 749,4 Białko ogółem [g] 92,2 Węglowodany ogółem [g] 431 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 108,1 Tłuszcz [g] 79,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8 Sód [mg] 2 942,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,5
2 dieta łatwostrawna	Pasta ryбно-jajeczna 80 g (JAJ, RYB, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE)	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml (SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera, marchwi i brzoskwini 100 g (MLE, SEL) Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 5 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 393,7 Białko ogółem [g] 88,1 Węglowodany ogółem [g] 405,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 130,5 Tłuszcz [g] 50,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4 Sód [mg] 2 348,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,8
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Koktajl z maślanki i truskawek z płatkami owsianymi 180 ml (GLU, MLE)	Zupa szczawiowa z jajkiem 400 ml (JAJ, MLE, SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 827,4 Białko ogółem [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 241,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 40,4 Tłuszcz [g] 66,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Sód [mg] 3 102,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,6
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta ryбно-jajeczna 80 g (JAJ, RYB, MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml (SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 343,1 Białko ogółem [g] 94,3 Węglowodany ogółem [g] 369,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 105,3 Tłuszcz [g] 49,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,6 Sód [mg] 1 986,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,7

3 Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Biszkopty 40 g (GLU, JAJ)	Zupa szczawiowa z jajkiem 400 ml (JAJ, MLE, SEL) Ryba po grecku 120 g (JAJ, RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 932,3 Białko ogółem [g] 94,6 Węglowodany ogółem [g] 438,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 110,2 Tłuszcz [g] 96,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 Sód [mg] 2 949,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,8
3 dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta ryбно-jajeczna 80 g (JAJ, RYB, MLE) Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Biszkopty 40 g (GLU, JAJ)	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml (SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera, marchwi i brzoskwini 100 g (MLE, SEL) Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Rukola 5 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 678,8 Białko ogółem [g] 96,5 Węglowodany ogółem [g] 416,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 128,4 Tłuszcz [g] 73 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 Sód [mg] 2 303,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,7
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Koktajl z maślanki i truskawek z płatkami owsianymi 180 ml (GLU, MLE)	Zupa szczawiowa z jajkiem 400 ml (JAJ, MLE, SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 010,2 Białko ogółem [g] 86,8 Węglowodany ogółem [g] 248,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 42,5 Tłuszcz [g] 83,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,3 Sód [mg] 3 109 Błonnik pokarmowy [g] 40,9
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta ryбно-jajeczna 80 g (JAJ, RYB, MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml (SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Ser biały 60 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser biały 60 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 699,2 Białko ogółem [g] 113,7 Węglowodany ogółem [g] 374,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 109,3 Tłuszcz [g] 69,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Sód [mg] 2 075,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,7

2026-05-01 piątek

4 Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Biszkopty 40 g (GLU, JAJ)	Zupa szczawiowa z jajkiem 300 ml (JAJ, MLE, SEL) Ryba po grecku 120 g (JAJ, RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 973,2 Białko ogółem [g] 93,5 Węglowodany ogółem [g] 454,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 129,6 Tłuszcz [g] 93,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5 Sód [mg] 2 934,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,1
4 dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta ryбно-jajeczna 80 g (JAJ, RYB, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Biszkopty 40 g (GLU, JAJ)	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml (SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Sos koperkowy 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera, marchwi i brzoskwini 100 g (MLE, SEL) Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) Pomidor sparzony 80 g Rukola 5 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 758,6 Białko ogółem [g] 96,5 Węglowodany ogółem [g] 436,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 148,4 Tłuszcz [g] 73 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 Sód [mg] 2 303,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,7
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Koktajl z maślanki i truskawek z płatkami owsianymi 180 ml (GLU, MLE)	Zupa szczawiowa z jajkiem 300 ml (JAJ, MLE, SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Sos koperkowy 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) pomidor 40 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 971,3 Białko ogółem [g] 85,7 Węglowodany ogółem [g] 245 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 41,9 Tłuszcz [g] 80,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Sód [mg] 3 094,3 Błonnik pokarmowy [g] 40,2
4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta ryбно-jajeczna 80 g (JAJ, RYB, MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml (SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Ser biały 60 g (MLE) Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 709,4 Białko ogółem [g] 104,1 Węglowodany ogółem [g] 392 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 127,3 Tłuszcz [g] 67,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 Sód [mg] 2 049,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,7

2026-05-01 piątek	Dieta dla kobiet z endometriozą. Kasza kukurydziana na mleku roślinnym 300 ml (SOJ) pasta wege 55 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Chleb bezglutenowy 60 g miód porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g Cukier saszetka 1 szt	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa krem z marchwi, cukini i selera 300 ml (SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Sos koperkowy 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Placki z jabłkiem b/glut lekkostrawne 300 g (JAJ, SOJ) Wiśnie w żelu 25 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 462 Białko ogółem [g] 69,7 Węglowodany ogółem [g] 373,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 116,4 Tłuszcz [g] 63,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 Sód [mg] 1 595,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,7
2026-05-02 sobota	1 Dieta podstawowa Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 30 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g (MLE) Cukier saszetka 1 szt		Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś kurczaka w sosie porowym 200 g (MLE) Kasza bulgur 160 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g (SEZ) Kompot 200 ml	Ryz zapiekany z jabłkiem 110 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30 g (GLU, SOJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g (MLE) Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 044,7 Białko ogółem [g] 85,3 Węglowodany ogółem [g] 306,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 54,7 Tłuszcz [g] 59,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Sód [mg] 2 174 Błonnik pokarmowy [g] 30,6
	1 dieta łatwostrawna Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt		Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Pieczeń mięsna wp z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) sos pomidorowy 60 ml Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryz zapiekany z jabłkiem 110 g szynka drobiowa 2 30 g Pomidor sparzony 60 g sałata karbowana 10 g masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Pasta z twarogu z natką 80 g (MLE) Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 929,3 Białko ogółem [g] 94,9 Węglowodany ogółem [g] 279,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 56,7 Tłuszcz [g] 54,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Sód [mg] 1 987,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,8
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 30 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g (GLU, MLE)	Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml (SEL) Pieczeń mięsna wp z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Kasza bulgur 160 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g (SEZ) Kompot bez cukru 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Ryz brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Ser żółty 30 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 174,7 Białko ogółem [g] 94,6 Węglowodany ogółem [g] 302,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 27,5 Tłuszcz [g] 75,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Sód [mg] 3 168 Błonnik pokarmowy [g] 49,3

2026-05-02 sobota	1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Schab wp pieczony 100 g sos pomidorowy 60 ml Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryz zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Margaryna porcja 1 szt Bułka wrocławska 80 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 656 Białko ogółem [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 246,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 43,7 Tłuszcz [g] 34,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11 Sód [mg] 1 802,4 Błonnik pokarmowy [g] 16,8	
	2 Dieta podstawowa	Pieczonego omlęta ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml (MLE)	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś kurczaka w sosie porowym 200 g (MLE) Kasza bulgur 160 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g (SEZ) Kompot 200 ml	Ryz zapiekany z jabłkiem 110 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser żółty 30 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 717,4 Białko ogółem [g] 95 Węglowodany ogółem [g] 463 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 112,3 Tłuszcz [g] 60,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Sód [mg] 2 325 Błonnik pokarmowy [g] 32,3
	2 dieta łatwostrawna	Pieczonego omlęta ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) szynka drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml (MLE)	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Pieczeń mięsna wp z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Ryz zapiekany z jabłkiem 110 g szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pasta z twarogu 80 g (MLE) Pasta z twarogu 80 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 675,7 Białko ogółem [g] 118,1 Węglowodany ogółem [g] 445,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 117,2 Tłuszcz [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 Sód [mg] 2 262,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,9
	2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczonego omlęta ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g (GLU, MLE)	Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml (SEL) Pieczeń mięsna wp z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Kasza jaglana 180 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g (SEZ) Kompot bez cukru 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Ryz brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser żółty 30 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 242 Białko ogółem [g] 102,4 Węglowodany ogółem [g] 313,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 33 Tłuszcz [g] 75,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 Sód [mg] 3 312,1 Błonnik pokarmowy [g] 49,2

2026-05-02 sobota

2 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml (MLE)	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Schab wp pieczony 100 g Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Ryz zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g (MLE) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Pasta z twarogu 80 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 387 Białko ogółem [g] 96,9 Węglowodany ogółem [g] 405,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 98,3 Tłuszcz [g] 40,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,2 Sód [mg] 1 897,7 Błonnik pokarmowy [g] 17,4
3 Dieta podstawowa	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml (MLE)	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś kurczaka w sosie porowym 200 g (MLE) Kasza bulgur 160 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g (SEZ) Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Ryz zapiekany z jabłkiem 110 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser żółty 30 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 899,4 Białko ogółem [g] 96 Węglowodany ogółem [g] 471,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 117,4 Tłuszcz [g] 77,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 Sód [mg] 2 398,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,7
3 dieta latwostrawna	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml (MLE)	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Pieczeń mięsna wp z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Ryz zapiekany z jabłkiem 110 g szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pasta z twarogu z natką 80 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 752,2 Białko ogółem [g] 102,5 Węglowodany ogółem [g] 443,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 114,9 Tłuszcz [g] 70,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 Sód [mg] 2 228,3 Błonnik pokarmowy [g] 19,9
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g (GLU, MLE)	Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml (SEL) Pieczeń mięsna wp z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Kasza bulgur 160 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g (SEZ) Cukinia pieczona 100 g Kompot bez cukru 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Ryz brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser żółty 30 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 371,4 Białko ogółem [g] 100,6 Węglowodany ogółem [g] 312,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 35,8 Tłuszcz [g] 90,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,7 Sód [mg] 3 315,5 Błonnik pokarmowy [g] 51,8

2026-05-02 sobota

3 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml (MLE)	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Schab wp pieczony 100 g Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Ryz zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g (MLE) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pasta z twarogu 80 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 553,4 Białko ogółem [g] 88,5 Węglowodany ogółem [g] 401,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 96,2 Tłuszcz [g] 56,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4 Sód [mg] 1 762,9 Błonnik pokarmowy [g] 15,5
4 Dieta podstawowa	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml (MLE)	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś kurczaka w sosie porowym 200 g (MLE) Kasza bulgur 160 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g (SEZ) Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Ryz zapiekany z jabłkiem 110 g Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 979,2 Białko ogółem [g] 96 Węglowodany ogółem [g] 491,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 137,3 Tłuszcz [g] 77,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 Sód [mg] 2 398,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,7
4 dieta latwostrawna	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) szynka drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml (MLE)	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Pieczeń mięsna wp z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) sos pomidorowy 60 ml Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryz zapiekany z jabłkiem 110 g Pasta z twarogu z natką 80 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 832 Białko ogółem [g] 102,5 Węglowodany ogółem [g] 463,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 134,8 Tłuszcz [g] 70,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 Sód [mg] 2 228,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,9
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g (GLU, MLE)	Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml (SEL) Pieczeń mięsna wp z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) sos pomidorowy 60 ml Kasza bulgur 160 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g (SEZ) Cukinia pieczona 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Ryz brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 371,4 Białko ogółem [g] 100,6 Węglowodany ogółem [g] 312,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 35,8 Tłuszcz [g] 90,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,7 Sód [mg] 3 315,5 Błonnik pokarmowy [g] 51,8

2026-05-02 sobota	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Budyń waniliowy na mleku 180 ml (MLE)	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Schab wp pieczony 100 g sos pomidorowy 60 ml Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryz zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Pasta z twarogu 80 g (MLE) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 713,2 Białko ogółem [g] 97,1 Węglowodany ogółem [g] 432,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 124,1 Tłuszcz [g] 56,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5 Sód [mg] 1 936,5 Błonnik pokarmowy [g] 17,8
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	serek wiejski b/laktozy 1 szt (MLE) Tofu plastry 60 g (SOJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Chleb bezglutenowy 60 g miód porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Wafle ryżowe 40 g	Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml (SEL) Batał faszerowany kaszą jaglaną i warzywami 300 g (SEL) sos pomidorowy 60 ml Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryz zapiekany z jabłkiem 300 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 495,8 Białko ogółem [g] 61,6 Węglowodany ogółem [g] 395,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 118,9 Tłuszcz [g] 61,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Sód [mg] 2 202,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
2026-05-03 niedziela	1 Dieta podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g (MLE) Cukier saszetka 1 szt	żurek 300 ml Kotlet schabowy smażony 120 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Kompot 200 ml	Pasztet 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g (MLE) Ogórek kiszony 40 g Ser żółty 30 g (MLE) Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 022,1 Białko ogółem [g] 89,9 Węglowodany ogółem [g] 243 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 40,5 Tłuszcz [g] 81,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Sód [mg] 2 801,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,5	
	1 dieta łatwostrawna	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) szynka drobiowa 2 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) sałata 10 g masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt	Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Palki z kurczaka pieczone 150 g Kasza kuskus 180 g (GLU) Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Ser biały 60 g (MLE) Pasztet 55 g (GLU, JAJ, MLE) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 004,8 Białko ogółem [g] 98,2 Węglowodany ogółem [g] 244,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48,5 Tłuszcz [g] 70,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Sód [mg] 2 491,4 Błonnik pokarmowy [g] 17	

2026-05-03 niedziela

1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g	Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	żurek 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 150 g Kasza pęczak 160 g (GLU) Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Pasztet 55 g (GLU, JAJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 30 g Ogórek kiszony 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 081,4 Białko ogółem [g] 88,5 Węglowodany ogółem [g] 237,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 23,3 Tłuszcz [g] 93,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Sód [mg] 2 872,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,5
1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Cukier saszetka 1 szt		Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Pierś z indyka pieczona 100 g Kasza kuskus 180 g (GLU) Sos koperkowy 60 ml Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml	Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 674,7 Białko ogółem [g] 84,7 Węglowodany ogółem [g] 239,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 46,7 Tłuszcz [g] 35,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,3 Sód [mg] 2 254,4 Błonnik pokarmowy [g] 17,8
2 Dieta podstawowa	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Chałka drożdżowa (GLU, JAJ, MLE) 40 g	Ziemniaki gotowane 200 g żurek 300 ml Kotlet schabowy smażony 120 g (GLU, JAJ) Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Kompot 200 ml	Pasztet 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g Ser żółty 30 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 492 Białko ogółem [g] 88,4 Węglowodany ogółem [g] 368,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 87,6 Tłuszcz [g] 79,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Sód [mg] 2 960,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,4
2 dieta łatwostrawna	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Chałka drożdżowa (GLU, JAJ, MLE) 40 g	Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Kasza kuskus 180 g (GLU) Kompot 200 ml Pałki z kurczaka pieczone 150 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Sos koperkowy 60 ml	szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 5 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser biały 60 g (MLE) Pasztet 55 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 556,2 Białko ogółem [g] 94,6 Węglowodany ogółem [g] 396,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 112,4 Tłuszcz [g] 67,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Sód [mg] 2 725,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,9

2026-05-03 niedziela

2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g</p>	<p>żurek 300 ml Kasza pęczak 160 g (GLU) Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml Pałki z kurczaka pieczone 150 g Sos koperkowy 60 ml</p>	<p>Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g Ser żółty 30 g (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 096 Białko ogółem [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 245,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 29,8 Tłuszcz [g] 91,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Sód [mg] 2 919,1 Błonnik pokarmowy [g] 36</p>
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g</p>	<p>Chalka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Kasza kuskus 180 g (GLU) Kompot 200 ml Pierś z indyka pieczona 100 g Marchewka w kostce gotowana 100 g</p>	<p>Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 204,8 Białko ogółem [g] 83,1 Węglowodany ogółem [g] 367,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 92,9 Tłuszcz [g] 38,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,1 Sód [mg] 2 398 Błonnik pokarmowy [g] 18,7</p>
3 Dieta podstawowa	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Chalka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>żurek 300 ml Kotlet schabowy smażony 120 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Brokuł gotowany 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser żółty 30 g (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 812,4 Białko ogółem [g] 97,6 Węglowodany ogółem [g] 395,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 91,1 Tłuszcz [g] 99,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 Sód [mg] 2 969,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,2</p>
3 dieta łatwostrawna	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt</p>	<p>Chalka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 150 g Kasza kuskus 180 g (GLU) Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml</p>	<p>Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) Ser biały 60 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 5 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 847,4 Białko ogółem [g] 101,1 Węglowodany ogółem [g] 419,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 113,8 Tłuszcz [g] 87,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 Sód [mg] 2 728,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,4</p>

2026-05-03 niedziela	3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) salata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g</p>	<p>żurek 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 150 g Kasza pęczak 160 g (GLU) Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Brokuł gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos koperkowy 60 ml</p>	<p>Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser żółty 30 g (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 274,8 Białko ogółem [g] 92,6 Węglowodany ogółem [g] 250,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 32,1 Tłuszcz [g] 108,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Sód [mg] 2 927 Błonnik pokarmowy [g] 38,3</p>
	3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g</p>	<p>Chałka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Kasza kuskus 180 g (GLU) Kompot 200 ml Piersz z indyka pieczona 100 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Sos koperkowy 60 ml</p>	<p>Ser biały 120 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 712,2 Białko ogółem [g] 108,8 Węglowodany ogółem [g] 396,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 98,2 Tłuszcz [g] 62,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Sód [mg] 2 491 Błonnik pokarmowy [g] 19,4</p>
	4 Dieta podstawowa	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g salata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Chałka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>żurek 300 ml Kotlet schabowy smażony 120 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Brokuł gotowany 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 892,2 Białko ogółem [g] 97,6 Węglowodany ogółem [g] 415,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 111,1 Tłuszcz [g] 99,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 Sód [mg] 2 970 Błonnik pokarmowy [g] 27,2</p>
	4 dieta łatwostrawna	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) salata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt</p>	<p>Chałka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 150 g Sos koperkowy 60 ml Kasza kuskus 180 g (GLU) Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Ser biały 60 g (MLE) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g Rukola 5 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 927,2 Białko ogółem [g] 101,1 Węglowodany ogółem [g] 439 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 133,8 Tłuszcz [g] 87,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 Sód [mg] 2 728,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,4</p>

2026-05-03 niedziela	4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	żurek 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 150 g Sos koperkowy 60 ml Kasza pęczak 160 g (GLU) Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Brokuł gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml	wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 274,8 Białko ogółem [g] 92,6 Węglowodany ogółem [g] 250,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 32,1 Tłuszcz [g] 108,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Sód [mg] 2 927 Błonnik pokarmowy [g] 38,3
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Chalka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Pierś z indyka pieczona 100 g Sos koperkowy 60 ml Kasza kuskus 180 g (GLU) Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml	Ser biały 120 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 792 Białko ogółem [g] 108,8 Węglowodany ogółem [g] 416,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 118,2 Tłuszcz [g] 62,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Sód [mg] 2 491,2 Błonnik pokarmowy [g] 19,4
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	Kasza kukurydziana na mleku roślinnym 300 ml (SOJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta wege 55 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Brzoskwinia 40 g Chleb bezglutenowy 60 g miód porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml (SEL) Pulpety warzywno -ryżowe b/glut 2 szt (JAJ, SEL) Sos koperkowy 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml	Naleśniki bezglutenowe z żurawiną 2 szt (JAJ, SOJ) Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Tofu plastry 60 g (SOJ) Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 459,5 Białko ogółem [g] 52,6 Węglowodany ogółem [g] 385,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 128 Tłuszcz [g] 66,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6 Sód [mg] 1 379,5 Błonnik pokarmowy [g] 29
	2026-05-04 poniedziałek	1 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 55 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g (MLE) Cukier saszetka 1 szt		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Pieczeń mięsna w sosie chrzanowym 200 g (GLU, JAJ, MLE) surówka z białej rzepy z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Kompot 200 ml Kasza gryczana 160 g	Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) Makaron ze szpinakiem i serem (na ciepło) 110 g (GLU, MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) masło 82% 10 g (MLE) pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Herbata bez cukru 200 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt

2026-05-04 poniedziałek

1 dieta łatwostrawna	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 55 g (MLE) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt</p>		<p>Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (MLE, SEL) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) Makaron ze szpinakiem i serem (na ciepło) 110 g (GLU, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 60 g masło 82% 10 g (MLE) Bułka wrocławska 80 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g Cukier saszetka 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 112 Białko ogółem [g] 104,3 Węglowodany ogółem [g] 290 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 76,1 Tłuszcz [g] 64,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Sód [mg] 2 151,5 Błonnik pokarmowy [g] 17,3</p>
1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 55 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g szpinak 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Cukier saszetka 1 szt</p>	<p>Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml (GLU, MLE)</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (MLE, SEL) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g (SEL) Kasza gryczana 160 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) Makaron ze szpinakiem i serem (na ciepło) 110 g (GLU, MLE) pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Cukier saszetka 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 328,6 Białko ogółem [g] 111,2 Węglowodany ogółem [g] 336,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 63,6 Tłuszcz [g] 71,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 Sód [mg] 3 839,1 Błonnik pokarmowy [g] 45,7</p>
1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu 55 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU)</p>		<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g (SEL) Sos jarzynowy 60 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml</p>	<p>Makaron ryżowy z piersią drobiową i warzywami 0,5 [Por] x 100 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Herbata bez cukru 200 g Margaryna porcja 1 szt Bułka wrocławska 80 g (GLU)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 012,3 Białko ogółem [g] 106,8 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 55,1 Tłuszcz [g] 57,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,9 Sód [mg] 2 886,8 Błonnik pokarmowy [g] 17,4</p>
2 Dieta podstawowa	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Galaretkę owocową 150 g</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Pieczeń mięsna w sosie chrzanowym 200 g (GLU, JAJ, MLE) surówka z białej rzepy z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Kompot 200 ml Kasza gryczana 160 g</p>	<p>Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) Makaron ze szpinakiem i serem (na ciepło) 110 g (GLU, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 295,5 Białko ogółem [g] 121 Węglowodany ogółem [g] 539,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 147,4 Tłuszcz [g] 83,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Sód [mg] 3 643,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,7</p>

2026-05-04 poniedziałek

2 dieta łatwostrawna	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt</p>	Galaretką owocową 150 g	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) Makaron ze szpinakiem i serem (na ciepło) 110 g (GLU, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 881,6 Białko ogółem [g] 113 Węglowodany ogółem [g] 490 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 170,5 Tłuszcz [g] 59,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 Sód [mg] 3 430,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,5</p>
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml (GLU, MLE)	<p>Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (MLE, SEL) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g (SEL) Kasza gryczana 160 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) Makaron raz. ze szpinakami i serem (na ciepło) 110 g (GLU, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 295,2 Białko ogółem [g] 117,9 Węglowodany ogółem [g] 326,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 51,7 Tłuszcz [g] 71,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Sód [mg] 3 630,3 Błonnik pokarmowy [g] 47,3</p>
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu 80 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	Galaretką owocową 150 g	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Makaron ryżowy z piersią drobiową i warzywami 100 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 932,9 Białko ogółem [g] 116,2 Węglowodany ogółem [g] 482,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 162,5 Tłuszcz [g] 58,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 Sód [mg] 3 077 Błonnik pokarmowy [g] 18,7</p>
3 Dieta podstawowa	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt</p>	Galaretką owocową 150 g	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Pieczeń mięsna w sosie chrzanowym 200 g (GLU, JAJ, MLE) surówka z białej rzepy z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Brukselka gotowana 100 g Kompot 200 ml Kasza gryczana 160 g</p>	<p>Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) Makaron ze szpinakiem i serem (na ciepło) 110 g (GLU, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 516,5 Białko ogółem [g] 126,1 Węglowodany ogółem [g] 554,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 154,9 Tłuszcz [g] 100,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,2 Sód [mg] 3 655,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,1</p>

2026-05-04 poniedziałek

3 dieta łatwostrawna	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) Pomidor sparzony 40 g szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt</p>	Galaretką owocową 150 g	<p>Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (MLE, SEL) Roladka ze schabu z włoścзыzną pieczoną 120 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) Makaron ze szpinakiem i serem (na ciepło) 110 g (GLU, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 5 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 028,3 Białko ogółem [g] 109,8 Węglowodany ogółem [g] 486,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 169,2 Tłuszcz [g] 79,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Sód [mg] 2 308,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,5</p>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml (GLU, MLE)	<p>Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (MLE, SEL) Roladka ze schabu z włoścзыzną pieczoną 120 g (SEL) Kasza gryczana 160 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Brukselka gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) Makaron raz. ze szpinakami i serem (na ciepło) 110 g (GLU, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 492,6 Białko ogółem [g] 122,7 Węglowodany ogółem [g] 335,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 54,4 Tłuszcz [g] 88,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 Sód [mg] 3 642,2 Błonnik pokarmowy [g] 52,7</p>
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu 80 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	Galaretką owocową 150 g	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Roladka ze schabu z włoścзыzną pieczoną 120 g (SEL) Sos jarzynowy 60 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml</p>	<p>Makaron ryżowy z piersią drobiową i warzywami 100 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 149,7 Białko ogółem [g] 116,2 Węglowodany ogółem [g] 482,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 162,7 Tłuszcz [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 Sód [mg] 3 113,2 Błonnik pokarmowy [g] 18,7</p>
4 Dieta podstawowa	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt</p>	Galaretką owocową 150 g	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Pieczeń mięsna w sosie chrzanowym 200 g (GLU, JAJ, MLE) Kasza gryczana 160 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Brukselka gotowana 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) Makaron ze szpinakiem i serem (na ciepło) 110 g (GLU, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 596,3 Białko ogółem [g] 126,1 Węglowodany ogółem [g] 574,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 174,8 Tłuszcz [g] 100,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,2 Sód [mg] 3 655,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,1</p>

2026-05-04 poniedziałek	4 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Galaretką owocową 150 g	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (MLE, SEL) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Makaron ze szpinakiem i serem (na ciepło) 110 g (GLU, MLE) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g Rukola 5 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 108,1 Białko ogółem [g] 109,8 Węglowodany ogółem [g] 506,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 189,1 Tłuszcz [g] 79,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Sód [mg] 2 309,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,5
	4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml (GLU, MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (MLE, SEL) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g (SEL) Sos jarzynowy 60 g (SEL) Kasza gryczana 160 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Brukselka gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Makaron raz. ze szpinakami i serem (na ciepło) 110 g (GLU, MLE) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 492,6 Białko ogółem [g] 122,7 Węglowodany ogółem [g] 335,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 54,4 Tłuszcz [g] 88,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 Sód [mg] 3 642,2 Błonnik pokarmowy [g] 52,7
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu 80 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Galaretką owocową 150 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g (SEL) Sos jarzynowy 60 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Makaron ryżowy z piersią drobiową i warzywami 100 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 229,5 Białko ogółem [g] 116,2 Węglowodany ogółem [g] 502,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 182,7 Tłuszcz [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 Sód [mg] 3 113,4 Błonnik pokarmowy [g] 18,7
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	Płatki ryżowe na mleku roślinnym 300 g (SOJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Tofu plastry 60 g (SOJ) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Chleb bezglutenowy 60 g miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Galaretką owocową 150 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Sos jarzynowy 60 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Makaron ryżowy z piersią drobiową i warzywami 300 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 890,3 Białko ogółem [g] 82,7 Węglowodany ogółem [g] 462,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 154,2 Tłuszcz [g] 64,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6 Sód [mg] 2 815,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,5

2026-05-05 wtorek	1 Dieta podstawowa	Pieczony omlęt z warzywami 100 g (JAJ, SEL) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek kiszony 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g (MLE) Cukier saszetka 1 szt		Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Kurczak caprese pieczony 120 g Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (SEL) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g (MLE) Ogórek kiszony 40 g Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 934,6 Białko ogółem [g] 106,9 Węglowodany ogółem [g] 253 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 51,7 Tłuszcz [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Sód [mg] 2 772,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,2
	1 dieta łatwostrawna	Pieczony omlęt z warzywami 100 g (JAJ, SEL) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata karbowana 10 g masło 82% 2 [Por] x 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt		Zupa krem z marchwi 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Ryż 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (SEL) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 2 [Por] x 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 979,4 Białko ogółem [g] 93,1 Węglowodany ogółem [g] 225,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 50 Tłuszcz [g] 80,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 Sód [mg] 2 079,4 Błonnik pokarmowy [g] 17,9
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omlęt z warzywami 100 g (JAJ, SEL) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek kiszony 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g	Kanapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200 g (GLU, MLE)	Rosół z makaronem razowym 300 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Kasza bulgur 160 g (GLU) Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (SEL) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 324,4 Białko ogółem [g] 116,4 Węglowodany ogółem [g] 298,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 32,3 Tłuszcz [g] 84,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Sód [mg] 3 498 Błonnik pokarmowy [g] 48,5
	1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	pasta z białek jaja kurzego 80 g (JAJ, MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt		Zupa krem z marchwi 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Ryż 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 280 g (SEL) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Ser biały 60 g (MLE) Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 536,2 Białko ogółem [g] 99,1 Węglowodany ogółem [g] 175,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 50,4 Tłuszcz [g] 43,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,2 Sód [mg] 1 284,8 Błonnik pokarmowy [g] 17,6

2026-05-05 wtorek

2 Dieta podstawowa	Pieczony omelet z warzywami 100 g (JAJ, SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek kiszony 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Kurczak caprese pieczony 120 g Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (SEL) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 706,5 Białko ogółem [g] 109,3 Węglowodany ogółem [g] 449,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 149,4 Tłuszcz [g] 60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 Sód [mg] 2 866,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,5
2 dieta łatwostrawna	Pieczony omelet z warzywami 100 g (JAJ, SEL) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa krem z marchwi 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Ryż 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (SEL) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 619,6 Białko ogółem [g] 93,6 Węglowodany ogółem [g] 439,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 157,2 Tłuszcz [g] 58,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9 Sód [mg] 2 248,5 Błonnik pokarmowy [g] 23
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omelet z warzywami 100 g (JAJ, SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek kiszony 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200 g (GLU, MLE)	Rosół z makaronem razowym 300 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Kasza bulgur 160 g (GLU) Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (SEL) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 377,5 Białko ogółem [g] 117,5 Węglowodany ogółem [g] 315,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 46,7 Tłuszcz [g] 83,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Sód [mg] 3 543,3 Błonnik pokarmowy [g] 51,5
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	pasta z białek jaja kurzego 80 g (JAJ, MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Koktajl z jogurtu i mango 180 ml (MLE)	Zupa krem z marchwi 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Ryż 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 280 g (SEL) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser biały 60 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 403,2 Białko ogółem [g] 113,5 Węglowodany ogółem [g] 365,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 105,3 Tłuszcz [g] 49,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15 Sód [mg] 1 813,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,4

3 Dieta podstawowa	<p>Pieczony omlęt z warzywami 100 g (JAJ, SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek kiszony 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt</p>	Kisiel owocowy 180 ml	<p>Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Kurczak caprese pieczony 120 g Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (SEL) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 888,5 Białko ogółem [g] 110,4 Węglowodany ogółem [g] 457,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 154,5 Tłuszcz [g] 76,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 Sód [mg] 2 939,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,9</p>
3 dieta łatwostrawna	<p>Pieczony omlęt z warzywami 100 g (JAJ, SEL) Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt</p>	Kisiel owocowy 180 ml	<p>Zupa krem z marchwi 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Ryż 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (SEL) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 769,2 Białko ogółem [g] 93,6 Węglowodany ogółem [g] 439,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 157,4 Tłuszcz [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Sód [mg] 2 250,3 Błonnik pokarmowy [g] 23</p>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Pieczony omlęt z warzywami 100 g (JAJ, SEL) papryka 40 g Ogórek kiszony 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt</p>	Kanapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200 g (GLU, MLE)	<p>Rosół z makaronem razowym 300 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Kasza bulgur 160 g (GLU) Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Cukinia pieczona 100 g Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (SEL) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 543,6 Białko ogółem [g] 118,8 Węglowodany ogółem [g] 318,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 49,2 Tłuszcz [g] 99,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5 Sód [mg] 3 548 Błonnik pokarmowy [g] 52,4</p>
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>jogurt 100 1 szt (MLE) pasta z białek jaja kurzeego 80 g (JAJ, MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g</p>	Kisiel owocowy 180 ml	<p>Zupa krem z marchwi 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Ryż 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 280 g (SEL) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser biały 60 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 853,1 Białko ogółem [g] 113,3 Węglowodany ogółem [g] 423,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 145,6 Tłuszcz [g] 66,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Sód [mg] 1 867,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,2</p>

4 Dieta podstawowa	<p>Pieczony omlęt z warzywami 100 g (JAJ, SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek kiszony 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt</p>	Kisiel owocowy 180 ml	<p>Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Kurczak caprese pieczony 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (SEL) Pasztet 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 968,3 Białko ogółem [g] 110,4 Węglowodany ogółem [g] 477,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 174,5 Tłuszcz [g] 76,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 Sód [mg] 2 939,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,9</p>
4 dieta łatwostrawna	<p>Pieczony omlęt z warzywami 100 g (JAJ, SEL) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt</p>	Kisiel owocowy 180 ml	<p>Zupa krem z marchwi 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Ryż 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (SEL) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasztet 55 g (GLU, JAJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 849 Białko ogółem [g] 93,6 Węglowodany ogółem [g] 459,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 177,3 Tłuszcz [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Sód [mg] 2 250,5 Błonnik pokarmowy [g] 23</p>
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Pieczony omlęt z warzywami 100 g (JAJ, SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek kiszony 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt</p>	Kanapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200 g (GLU, MLE)	<p>Rosół z makaronem razowym 300 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Kasza bulgur 160 g (GLU) Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Cukinia pieczona 100 g Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasztet 55 g (GLU, JAJ, MLE) pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 543,6 Białko ogółem [g] 118,8 Węglowodany ogółem [g] 318,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 49,2 Tłuszcz [g] 99,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5 Sód [mg] 3 548 Błonnik pokarmowy [g] 52,4</p>
4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>jogurt 100 1 szt (MLE) pasta z białek jaja kurze 80 g (JAJ, MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) miód porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g</p>	Kisiel owocowy 180 ml	<p>Zupa krem z marchwi 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Ryż 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 280 g (SEL) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Ser biały 60 g (MLE) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 932,9 Białko ogółem [g] 113,3 Węglowodany ogółem [g] 443,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 165,5 Tłuszcz [g] 66,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Sód [mg] 1 867,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,2</p>

2026-05-05 wtorek	Dieta dla kobiet z endometriozą.	jogurt bez laktozy 1 szt (MLE) pasta wege 55 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Brzoskwinia 40 g Chleb bezglutenowy 60 g miód porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa krem z marchwi 300 ml Gulasz wegański z tofu 220 g (SOJ, SEL) Ryz 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 280 g (SEL) Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta wege 55 g dzem porcja 1 szt Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 333,8 Białko ogółem [g] 93,1 Węglowodany ogółem [g] 385 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 137,1 Tłuszcz [g] 44 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,9 Sód [mg] 1 719,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,7
2026-05-06 środa	1 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g (MLE) Cukier saszetka 1 szt	Zupa brokułowa 300 ml (MLE, SEL) Kotlet jajeczny smażony 150 g (GLU, JAJ) Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Pasta warzywna 80 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (JAJ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g (MLE) pomidor 30 g Ogórek kiszony 40 g Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 979 Białko ogółem [g] 80,6 Węglowodany ogółem [g] 262,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 47 Tłuszcz [g] 73,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 Sód [mg] 2 896 Błonnik pokarmowy [g] 27,3	
2026-05-06 środa	1 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) pasta jajeczna z tunczykiem 80 g (JAJ, MLE) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt	Krupnik 300 ml (GLU, SEL) Pierogi z serem podawane z jogurtem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (JAJ) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 193,8 Białko ogółem [g] 98,7 Węglowodany ogółem [g] 293,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 76,8 Tłuszcz [g] 70,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Sód [mg] 1 828,1 Błonnik pokarmowy [g] 14,4	
2026-05-06 środa	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g	Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g (MLE)	Zupa brokułowa 300 ml (MLE, SEL) Pęczak z zielonymi warzywami 300 g (GLU, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna 80 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (JAJ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g pomidor 30 g Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 953,4 Białko ogółem [g] 74,8 Węglowodany ogółem [g] 287,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 41,3 Tłuszcz [g] 65,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Sód [mg] 3 103,3 Błonnik pokarmowy [g] 44

2026-05-06 środa	1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Ser biały 60 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt	Krupnik 300 ml (GLU, SEL) Pierogi z serem podawane z jogurtem 250 g (GLU, JAJ, MLE) Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane bez żółtka 0,5 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Pasta warzywna 160 g (SEL) Margaryna porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 112,1 Białko ogółem [g] 95,2 Węglowodany ogółem [g] 287 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 74,8 Tłuszcz [g] 58,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Sód [mg] 1 616,2 Błonnik pokarmowy [g] 15,7	
	2 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa brokułowa 300 ml (MLE, SEL) Kotlet jajeczny smażony 150 g (GLU, JAJ) Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Pasta warzywna 80 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 429,2 Białko ogółem [g] 86,1 Węglowodany ogółem [g] 370,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 147,1 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Sód [mg] 2 979,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,6
	2 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) pasta jajeczna z tunczykiem 80 g (JAJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Krupnik 300 ml (GLU, SEL) Pierogi z serem podawane z jogurtem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 723,4 Białko ogółem [g] 102 Węglowodany ogółem [g] 426,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 193,4 Tłuszcz [g] 70,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Sód [mg] 1 985,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,6
	2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g (MLE)	Zupa brokułowa 300 ml (MLE, SEL) Pęczak z zielonymi warzywami 300 g (GLU, MLE) Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna 80 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g pomidor 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 885,2 Białko ogółem [g] 78,1 Węglowodany ogółem [g] 290,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 44,2 Tłuszcz [g] 55,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Sód [mg] 3 129,3 Błonnik pokarmowy [g] 44

2026-05-06 środa

2 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Ser biały 60 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Krupnik 300 ml (GLU, SEL) Pierogi z serem podawane z jogurtem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pasta warzywna 160 g (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 653,3 Białko ogółem [g] 104,4 Węglowodany ogółem [g] 406,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 172,9 Tłuszcz [g] 63,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Sód [mg] 1 722,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,9
3 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa brokułowa 300 ml (MLE, SEL) Kotlet jajeczny smażony 150 g (GLU, JAJ) Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Pasta warzywna 80 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g pomidor 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 578,8 Białko ogółem [g] 86,2 Węglowodany ogółem [g] 370,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 147,2 Tłuszcz [g] 90,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Sód [mg] 2 981 Błonnik pokarmowy [g] 32,6
3 dieta latwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) pasta twarogowa z tuńczykiem 80 g (MLE) Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Krupnik 300 ml (GLU, SEL) Pierogi z serem podawane z jogurtem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 902,4 Białko ogółem [g] 113,8 Węglowodany ogółem [g] 428,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 194,9 Tłuszcz [g] 88,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,5 Sód [mg] 1 782,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,6
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g (MLE)	Zupa brokułowa 300 ml (MLE, SEL) Pęczak z zielonymi warzywami 300 g (GLU, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna 80 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g pomidor 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 148,4 Białko ogółem [g] 78,9 Węglowodany ogółem [g] 295,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48 Tłuszcz [g] 82,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4 Sód [mg] 3 181,1 Błonnik pokarmowy [g] 45,6

3 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Ser biały 60 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt</p>	<p>Krupnik 300 ml (GLU, SEL) Pierogi z serem podawane z jogurtem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna 160 g (SEL) Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Brzoskwinia 40 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 899,8 Białko ogółem [g] 104,7 Węglowodany ogółem [g] 413,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 178,7 Tłuszcz [g] 79,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Sód [mg] 1 761,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,3</p>
4 Dieta podstawowa	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt</p>	<p>Zupa brokułowa 300 ml (MLE, SEL) Kotlet jajeczny smażony 150 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 658,6 Białko ogółem [g] 86,2 Węglowodany ogółem [g] 390,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 167,1 Tłuszcz [g] 90,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Sód [mg] 2 981,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,6</p>
2026-05-06 środa 4 dieta latwostrawna	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) pasta jajeczna z tunczykiem 80 g (JAJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt</p>	<p>Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt</p>	<p>Krupnik 300 ml (GLU, SEL) Pierogi z serem podawane z jogurtem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (SEL) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 994,4 Białko ogółem [g] 107,8 Węglowodany ogółem [g] 446,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 213,4 Tłuszcz [g] 89,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,8 Sód [mg] 1 825,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,6</p>
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g (MLE)</p>	<p>Zupa brokułowa 300 ml (MLE, SEL) Pęczak z zielonymi warzywami 300 g (GLU, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Ogórek kiszony 40 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 148,4 Białko ogółem [g] 78,9 Węglowodany ogółem [g] 295,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48 Tłuszcz [g] 82,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4 Sód [mg] 3 181,1 Błonnik pokarmowy [g] 45,6</p>

2026-05-06 środa	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Ser biały 60 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Krupnik 300 ml (GLU, SEL) Pierogi z serem podawane z jogurtem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 160 g (SEL) Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 950 Białko ogółem [g] 104,5 Węglowodany ogółem [g] 426,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 193 Tłuszcz [g] 79,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Sód [mg] 1 759,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,9
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	Platki jaglane na mleku roślinnym 300 ml (SOJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta wege 55 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda niegazowana 0,5 szpital 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml (SEL) Placki bananowe b/glut lekkostrawne 300 g (JAJ, SOJ) Brzoskwinia 40 g Wiśnie w żelu 25 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 160 g (SEL) Plastry z indyka pieczonego 40 g Tofu plastry 60 g (SOJ) woda szpital 1 szt Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 298,6 Białko ogółem [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 339,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 163,9 Tłuszcz [g] 62,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 Sód [mg] 1 243,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,4
2026-05-07 czwartek	1 Dieta podstawowa	Pasta z twarogu z koperkiem 55 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g (MLE) Cukier saszetka 1 szt	Barszcz ukraiński 300 ml (SOJ, MLE, SEL) Pieczony udzik z kurczaka z pieczarkami 150 g Surówka z pora 100 g (JAJ, GOR) Kompot 200 ml Kasza kuskus 180 g (GLU)	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g (JAJ, MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g (MLE) Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 080,4 Białko ogółem [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 312,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 71,8 Tłuszcz [g] 63,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Sód [mg] 2 413,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,5	
	1 dieta łatwostrawna	Pasta z twarogu z koperkiem 55 g (MLE) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 2 [Por] x 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt	Zupa krem z selera i cukinii 300 ml (SEL) Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g (SEL) Makaron spaghetti 160 g (GLU) Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g (JAJ, MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 2 [Por] x 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 986,5 Białko ogółem [g] 80,5 Węglowodany ogółem [g] 266,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 64 Tłuszcz [g] 71 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Sód [mg] 2 875,9 Błonnik pokarmowy [g] 17	

2026-05-07 czwartek

1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta z twarogu z koperkiem 55 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g	Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g (GLU, MLE)	Zupa krem z selera i cukinii 300 ml (SEL) Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g (SEL) Makaron razowy 160 g (GLU) Surówka z pora 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110 g (MLE) Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g (JAJ, MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 116,6 Białko ogółem [g] 92,7 Węglowodany ogółem [g] 327,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 33,8 Tłuszcz [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 Sód [mg] 3 407,5 Błonnik pokarmowy [g] 45,2
1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Pasta z twarogu 55 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt		Zupa krem z selera i cukinii 300 ml (SEL) Pierś z indyka pieczona 100 g Kasza kuskus 180 g (GLU) Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta z białek jaja kurzego 55 g (JAJ, MLE) Herbata bez cukru 200 g Margaryna porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 440,2 Białko ogółem [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 196,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 49,4 Tłuszcz [g] 32,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,5 Sód [mg] 1 899,9 Błonnik pokarmowy [g] 13
2 Dieta podstawowa	Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Chałka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Barszcz ukraiński 300 ml (SOJ, MLE, SEL) Pieczony udzik z kurczaka z pieczarkami 150 g Surówka z pora 100 g (JAJ, GOR) Kompot 200 ml Kasza kuskus 180 g (GLU)	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 615,2 Białko ogółem [g] 96,3 Węglowodany ogółem [g] 429 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 163,6 Tłuszcz [g] 68,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Sód [mg] 2 631,8 Błonnik pokarmowy [g] 36
2 dieta łatwostrawna	Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Chałka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Zupa krem z selera i cukinii 300 ml (SEL) Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g (SEL) Makaron spaghetti 160 g (GLU) Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 299 Białko ogółem [g] 91,3 Węglowodany ogółem [g] 378,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 147 Tłuszcz [g] 54,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 Sód [mg] 3 180 Błonnik pokarmowy [g] 20,1

2026-05-07 czwartek

2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt</p>	<p>Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g (GLU, MLE)</p>	<p>Zupa krem z selera i cukinii 300 ml (SEL) Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g (SEL) Makaron razowy 160 g (GLU) Surówka z pora 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110 g (MLE) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 218,6 Białko ogółem [g] 101,1 Węglowodany ogółem [g] 345,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48,9 Tłuszcz [g] 62,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Sód [mg] 3 515,6 Błonnik pokarmowy [g] 48,2</p>
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Pasta z twarogu 80 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g</p>	<p>Chałka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Zupa krem z selera i cukinii 300 ml (SEL) Pierś z indyka pieczona 100 g Kasza kuskus 180 g (GLU) Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Bułka wrocławska 80 g (GLU) Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta z białek jaja kurzego 80 g (JAJ, MLE) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 223,2 Białko ogółem [g] 99,1 Węglowodany ogółem [g] 358,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 134,1 Tłuszcz [g] 41,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,3 Sód [mg] 2 482,5 Błonnik pokarmowy [g] 16,7</p>
3 Dieta podstawowa	<p>jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt</p>	<p>Chałka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Barszcz ukraiński 300 ml (SOJ, MLE, SEL) Pieczony udzik z kurczaka z pieczarkami 150 g Kasza kuskus 180 g (GLU) Surówka z pora 100 g (JAJ, GOR) Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 858 Białko ogółem [g] 102,9 Węglowodany ogółem [g] 442,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 170 Tłuszcz [g] 87 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Sód [mg] 2 701,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,3</p>
3 dieta łatwostrawna	<p>jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt</p>	<p>Chałka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Zupa krem z selera i cukinii 300 ml (SEL) Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g (SEL) Makaron spaghetti 160 g (GLU) Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 508,6 Białko ogółem [g] 95,6 Węglowodany ogółem [g] 384,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 151,3 Tłuszcz [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Sód [mg] 3 244,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,1</p>

2026-05-07 czwartek	3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g (GLU, MLE)	Zupa krem z selera i cukinii 300 ml (SEL) Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g (SEL) Makaron razowy 160 g (GLU) Surówka z pora 100 g (JAJ, GOR) Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110 g (MLE) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 461,5 Białko ogółem [g] 107,7 Węglowodany ogółem [g] 359 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 55,2 Tłuszcz [g] 81,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 Sód [mg] 3 585,4 Błonnik pokarmowy [g] 50,5
	3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu 80 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Chałka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Zupa krem z selera i cukinii 300 ml (SEL) Piersz z indyka pieczona 100 g Kasza kuskus 180 g (GLU) Dyńa pieczona 100 g Kompot 200 ml	pasta z białek jaja kurzego 80 g (JAJ, MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Brzoskwinia 40 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 529,7 Białko ogółem [g] 103,7 Węglowodany ogółem [g] 371,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 144,1 Tłuszcz [g] 59,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 Sód [mg] 2 584,1 Błonnik pokarmowy [g] 17
	4 Dieta podstawowa	jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Chałka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Barszcz ukraiński 300 ml (SOJ, MLE, SEL) Pieczony udzik z kurczaka z pieczarkami 150 g Kasza kuskus 180 g (GLU) Surówka z pora 100 g (JAJ, GOR) Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 937,8 Białko ogółem [g] 102,9 Węglowodany ogółem [g] 462,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 190 Tłuszcz [g] 87 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Sód [mg] 2 701,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,3
	4 dieta łatwostrawna	jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Chałka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Zupa krem z selera i cukinii 300 ml (SEL) Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g (SEL) Makaron spaghetti 160 g (GLU) Dyńa pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 588,4 Białko ogółem [g] 95,6 Węglowodany ogółem [g] 404,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 171,2 Tłuszcz [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Sód [mg] 3 245 Błonnik pokarmowy [g] 20,1

2026-05-07 czwartek	4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g (GLU, MLE)	Zupa krem z selera i kukinii 300 ml (SEL) Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g (SEL) Makaron razowy 160 g (GLU) Surówka z pora 100 g (JAJ, GOR) Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 461,5 Białko ogółem [g] 107,7 Węglowodany ogółem [g] 359 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 55,2 Tłuszcz [g] 81,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 Sód [mg] 3 585,4 Błonnik pokarmowy [g] 50,5
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu 80 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Brzoskwinia 40 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Chałka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Zupa krem z selera i kukinii 300 ml (SEL) Piersz z indyka pieczona 100 g Kasza kuskus 180 g (GLU) Dyńka pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta z białek jaja kurzego 80 g (JAJ, MLE) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 579,9 Białko ogółem [g] 103,5 Węglowodany ogółem [g] 384,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 158,4 Tłuszcz [g] 59,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 Sód [mg] 2 581,9 Błonnik pokarmowy [g] 16,7
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	jogurt bez laktozy 1 szt (MLE) Tofu plastry 60 g (SOJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Brzoskwinia 40 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Wafle kukurydziane 40 g	Zupa krem z selera i kukinii 300 ml (SEL) Pomidory faszerowane warzywami i komosą ryżową 3 szt (SEL) Dyńka pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 984,9 Białko ogółem [g] 46,1 Węglowodany ogółem [g] 286,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 137,3 Tłuszcz [g] 59,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 Sód [mg] 1 455,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,4
	2026-05-08 piątek	1 Dieta podstawowa	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g (MLE) Cukier saszetka 1 szt	Zupa krem z marchwi z grzankami 300 ml (GLU, MLE) Ryba na szpinaku 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (JAJ) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g (MLE) Ogórek kiszony 40 g Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 134,5 Białko ogółem [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 279,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 46,8 Tłuszcz [g] 79,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Sód [mg] 3 082,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,7

2026-05-08 piątek

1 dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Ser biały 60 g (MLE) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g masło 82% 2 [Por] x 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt		Zupa warzywna z pomidorami 300 ml (SEL) Pulpet z ryby 100 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g (MLE) Kompot 200 ml sos pietruszkowy z mlekkiem roślinnym 60 ml (SOJ, SEL)	Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (JAJ) Pasztet 55 g (GLU, JAJ, MLE) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 2 [Por] x 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 002,2 Białko ogółem [g] 88,5 Węglowodany ogółem [g] 247,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 57,6 Tłuszcz [g] 75,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 Sód [mg] 2 065,1 Błonnik pokarmowy [g] 17,6
1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g	Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g (GLU, MLE)	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml (SEL) Pulpet z ryby 100 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml sos pietruszkowy z mlekkiem roślinnym 60 ml (SOJ, SEL)	Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (JAJ) Pasztet 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 038,8 Białko ogółem [g] 92,3 Węglowodany ogółem [g] 273,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 33,2 Tłuszcz [g] 73,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Sód [mg] 3 596,3 Błonnik pokarmowy [g] 43,8
1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Ser biały 60 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt		Zupa warzywna z pomidorami 300 ml (SEL) Pulpet z ryby 100 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) sos pietruszkowy z mlekkiem roślinnym 60 ml (SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane bez żółtka 0,8 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Ser biały 60 g (MLE) Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 816,6 Białko ogółem [g] 98 Węglowodany ogółem [g] 234,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 49,6 Tłuszcz [g] 48,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 Sód [mg] 1 574 Błonnik pokarmowy [g] 16,1
2 Dieta podstawowa	Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g Ryż na mleku 300 ml (MLE)	Herbatniki 2 szt (GLU, SOJ)	Zupa krem z marchwi z grzankami 300 ml (GLU, MLE) Ryba na szpinaku 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Pasztet 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 354,4 Białko ogółem [g] 109,1 Węglowodany ogółem [g] 515,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 193 Tłuszcz [g] 102,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Sód [mg] 3 755,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,4

2026-05-08 piątek

2 dieta łatwostrawna	Ser biały 60 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt Ryż na mleku 300 ml (MLE)	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml (SEL) Pulpet z ryby 100 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g (MLE) Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 5 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 306,7 Białko ogółem [g] 89,9 Węglowodany ogółem [g] 373,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 169 Tłuszcz [g] 54,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2 Sód [mg] 2 215,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,9
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g (GLU, MLE)	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml (SEL) Pulpet z ryby 100 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml (SOJ, SEL)	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 082,9 Białko ogółem [g] 96,3 Węglowodany ogółem [g] 281,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 39,6 Tłuszcz [g] 73,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Sód [mg] 3 672,2 Błonnik pokarmowy [g] 45,3
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Ser biały 60 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml (SEL) Pulpet z ryby 100 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml (SOJ, SEL)	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 178,2 Białko ogółem [g] 90,9 Węglowodany ogółem [g] 339,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 141,5 Tłuszcz [g] 46 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13 Sód [mg] 1 622,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,9
3 Dieta podstawowa	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Herbatniki 2 szt (GLU, SOJ)	Zupa krem z marchwi z grzankami 300 ml (GLU, MLE) Ryba na szpinaku 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej 100 g Bukiet warzyw 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 540,9 Białko ogółem [g] 112 Węglowodany ogółem [g] 522,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 195,5 Tłuszcz [g] 119 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,8 Sód [mg] 3 776,1 Błonnik pokarmowy [g] 35

2026-05-08 piątek

3 dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Ser biały 60 g (MLE) Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Herbatniki 2 szt (GLU, SOJ)	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml (SEL) Pulpet z ryby 100 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g (MLE) Kompot 200 ml sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml (SOJ, SEL)	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Rukola 5 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 317,1 Białko ogółem [g] 113,1 Węglowodany ogółem [g] 510,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 220,6 Tłuszcz [g] 95,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 Sód [mg] 2 652 Błonnik pokarmowy [g] 23,4
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g (GLU, MLE)	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml (SEL) Pulpet z ryby 100 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej 100 g Kalafior gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml (SOJ, SEL)	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 256,5 Białko ogółem [g] 98,6 Węglowodany ogółem [g] 286 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 41,7 Tłuszcz [g] 90,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Sód [mg] 3 695 Błonnik pokarmowy [g] 47,5
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Ser biały 60 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml (SEL) Pulpet z ryby 100 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Ser biały 60 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser biały 60 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 506,6 Białko ogółem [g] 108,5 Węglowodany ogółem [g] 340,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 145,3 Tłuszcz [g] 65,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Sód [mg] 1 705,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,5
4 Dieta podstawowa	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Herbatniki 2 szt (GLU, SOJ)	Zupa krem z marchwi z grzankami 300 ml (GLU, MLE) Ryba na szpinaku 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej 100 g Bukiet warzyw 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 620,7 Białko ogółem [g] 112 Węglowodany ogółem [g] 542,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 215,5 Tłuszcz [g] 119 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,8 Sód [mg] 3 776,3 Błonnik pokarmowy [g] 35

2026-05-08 piątek	4 dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Ser biały 60 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Herbatniki 2 szt (GLU, SOJ)	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml (SEL) Pulpet z ryby 100 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml (SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g (MLE) Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g Rukola 5 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 396,9 Białko ogółem [g] 113,1 Węglowodany ogółem [g] 530,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 240,5 Tłuszcz [g] 95,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 Sód [mg] 2 652,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,4
	4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g (GLU, MLE)	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml (SEL) Pulpet z ryby 100 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml (SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kalafior gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) pomidor 40 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 256,5 Białko ogółem [g] 98,6 Węglowodany ogółem [g] 286 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 41,7 Tłuszcz [g] 90,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Sód [mg] 3 695 Błonnik pokarmowy [g] 47,5
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Ser biały 60 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml (SEL) Pulpet z ryby 100 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml (SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Ser biały 60 g (MLE) Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 544,6 Białko ogółem [g] 100,6 Węglowodany ogółem [g] 361,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 163,6 Tłuszcz [g] 64,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Sód [mg] 1 685,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,9
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	Ryż na mleku roślinnym 300 g (SOJ) pasta wege 55 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g Cukier saszetka 1 szt	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml (SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml (SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Placki z mango b/glut lekkostrawne 300 g (JAJ, SOJ) Wiśnie w żelu 25 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 354,2 Białko ogółem [g] 71,8 Węglowodany ogółem [g] 341,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 150,9 Tłuszcz [g] 64,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Sód [mg] 1 298,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,3

2026-05-09 sobota	1 Dieta podstawowa	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 30 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g (MLE) Cukier saszetka 1 szt	Zupa kapuśniak 300 ml (SEL) Eskalopki drobiowe w sosie musztardowym 200 g (MLE, GOR) Kasza bulgur 160 g (GLU) surówka z białej rzepy z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Kompot 200 ml	Parówki z keczupem 100 g (GLU, SOJ, MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30 g (GLU, SOJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 240,4 Białko ogółem [g] 96,2 Węglowodany ogółem [g] 267,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 51,7 Tłuszcz [g] 93,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 Sód [mg] 2 831,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,6	
	1 dieta łatwostrawna	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Udko z kurczaka pieczone 150 g Ryż 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Parówki z keczupem 100 g (GLU, SOJ, MLE) szynka drobiowa 2 30 g Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Ser biały 60 g (MLE) Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 024,4 Białko ogółem [g] 91,2 Węglowodany ogółem [g] 238,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 65,9 Tłuszcz [g] 80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 Sód [mg] 2 028,9 Błonnik pokarmowy [g] 15,1	
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 30 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g (GLU, MLE)	Zupa kapuśniak 300 ml (SEL) Udko z kurczaka pieczone 150 g Kasza bulgur 160 g (GLU) surówka z białej rzepy z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Parówki z keczupem 100 g (GLU, SOJ, MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło 82% 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Ser żółty 30 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 330,6 Białko ogółem [g] 105,4 Węglowodany ogółem [g] 279,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 28,5 Tłuszcz [g] 97,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7 Sód [mg] 3 237,6 Błonnik pokarmowy [g] 45,4
	1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ser biały 120 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Schab wp pieczony 100 g Ryż 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Lekkostrawne leczo z piersią kurczaka i ziemniakami 100 g (SEL) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Margaryna porcja 1 szt Bułka wrocławska 80 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 768,4 Białko ogółem [g] 87,1 Węglowodany ogółem [g] 241,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 67 Tłuszcz [g] 44,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 Sód [mg] 1 626,8 Błonnik pokarmowy [g] 17,4	

2026-05-09 sobota

2 Dieta podstawowa	Pieczony omlęt ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml (MLE)	Zupa kapuśniak 300 ml (SEL) Eskalopki drobiowe w sosie musztardowym 200 g (MLE, GOR) Kasza bulgur 160 g (GLU) surówka z białej rzepy z majonezem 100 g (JAJ, GÓR) Kompot 200 ml	Parówki z keczupem 100 g (GLU, SOJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser żółty 30 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 752,3 Białko ogółem [g] 108,2 Węglowodany ogółem [g] 381,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 143,9 Tłuszcz [g] 94,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Sód [mg] 2 984,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,7
2 dieta łatwostrawna	Pieczony omlęt ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) szynka drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml (MLE)	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Udko z kurczaka pieczone 150 g Ryż 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Parówki z keczupem 100 g (GLU, SOJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser biały 60 g (MLE) Ser biały 60 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 597,4 Białko ogółem [g] 108,1 Węglowodany ogółem [g] 361,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 159,8 Tłuszcz [g] 82,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 Sód [mg] 2 287,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,4
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omlęt ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g (GLU, MLE)	Zupa kapuśniak 300 ml (SEL) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ryż 180 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g (JAJ, GÓR) Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Parówki z keczupem 100 g (GLU, SOJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser żółty 30 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 378,4 Białko ogółem [g] 110,2 Węglowodany ogółem [g] 291,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 34,2 Tłuszcz [g] 95,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Sód [mg] 3 381,4 Błonnik pokarmowy [g] 44,5
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ser biały 120 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml (MLE)	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Schab wp pieczony 100 g Ryż 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Lekkostrawne leczo z piersią kurczaka i ziemniakami 100 g (SEL) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Ser biały 60 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 329,4 Białko ogółem [g] 101,7 Węglowodany ogółem [g] 357,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 155,6 Tłuszcz [g] 49,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 Sód [mg] 1 706,8 Błonnik pokarmowy [g] 18,4

2026-05-09 sobota

3 Dieta podstawowa	<p>Pieczony omlęt ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt</p>	<p>Budyń waniliowy na mleku 180 ml (MLE)</p>	<p>Zupa kapuśniak 300 ml (SEL) Eskalopki drobiowe w sosie musztardowym 200 g (MLE, GOR) Kasza bulgur 160 g (GLU) surówka z białej rzepy z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Brokuł gotowany 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Parówki z keczupem 100 g (GLU, SOJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser żółty 30 g (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 931,1 Białko ogółem [g] 111 Węglowodany ogółem [g] 386,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 146,1 Tłuszcz [g] 111,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,1 Sód [mg] 2 992,4 Błonnik pokarmowy [g] 32</p>
3 dieta latwostrawna	<p>Pieczony omlęt ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt</p>	<p>Budyń waniliowy na mleku 180 ml (MLE)</p>	<p>Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Udko z kurczaka pieczone 150 g Ryż 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Parówki z keczupem 100 g (GLU, SOJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser biały 60 g (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 677,4 Białko ogółem [g] 98,7 Węglowodany ogółem [g] 359 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 158,1 Tłuszcz [g] 96,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5 Sód [mg] 2 263 Błonnik pokarmowy [g] 17,4</p>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Pieczony omlęt ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt</p>	<p>Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g (GLU, MLE)</p>	<p>Zupa kapuśniak 300 ml (SEL) Udko z kurczaka pieczone 150 g Kasza bulgur 160 g (GLU) surówka z białej rzepy z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Brokuł gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Parówki z keczupem 100 g (GLU, SOJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser żółty 30 g (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 540 Białko ogółem [g] 113 Węglowodany ogółem [g] 291,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 36,6 Tłuszcz [g] 113,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,4 Sód [mg] 3 388,4 Błonnik pokarmowy [g] 49,1</p>
3 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Ser biały 120 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Budyń waniliowy na mleku 180 ml (MLE)</p>	<p>Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Schab wp pieczony 100 g Ryż 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Lekkostrawne leczo z piersią kurczaka i ziemniakami 100 g (SEL) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser biały 60 g (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 495,9 Białko ogółem [g] 93,4 Węglowodany ogółem [g] 353,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 153,4 Tłuszcz [g] 65 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Sód [mg] 1 571,9 Błonnik pokarmowy [g] 16,5</p>

2026-05-09 sobota

4 Dieta podstawowa	Pieczony omlęt ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml (MLE)	Zupa kapuśniak 300 ml (SEL) Eskalopki drobiowe w sosie musztardowym 200 g (MLE, GOR) Kasza bulgur 160 g (GLU) surówka z białej rzepy z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Brokuł gotowany 100 g Kompot 200 ml	Parówki z keczupem 100 g (GLU, SOJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 010,9 Białko ogółem [g] 111 Węglowodany ogółem [g] 406,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 166 Tłuszcz [g] 111,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,1 Sód [mg] 2 992,6 Błonnik pokarmowy [g] 32
4 dieta łatwostrawna	Pieczony omlęt ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) szynka drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml (MLE)	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Udko z kurczaka pieczone 150 g Sos jarzynowy 60 g (SEL) Ryż 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Parówki z keczupem 100 g (GLU, SOJ, MLE) Ser biały 60 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 757,2 Białko ogółem [g] 98,7 Węglowodany ogółem [g] 378,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 177,9 Tłuszcz [g] 96,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5 Sód [mg] 2 263,2 Błonnik pokarmowy [g] 17,4
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omlęt ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g (GLU, MLE)	Zupa kapuśniak 300 ml (SEL) Udko z kurczaka pieczone 150 g Sos jarzynowy 60 g (SEL) Kasza bulgur 160 g (GLU) surówka z białej rzepy z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Brokuł gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Parówki z keczupem 100 g (GLU, SOJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 540 Białko ogółem [g] 113 Węglowodany ogółem [g] 291,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 36,6 Tłuszcz [g] 113,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,4 Sód [mg] 3 388,4 Błonnik pokarmowy [g] 49,1
4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ser biały 120 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Budyń waniliowy na mleku 180 ml (MLE)	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Schab wp pieczony 100 g Sos jarzynowy 60 g (SEL) Ryż 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Lekkostrawne leczo z piersią kurczaka i ziemniakami 100 g (SEL) Plastry z indyka pieczonego 40 g Ser biały 60 g (MLE) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 655,7 Białko ogółem [g] 102 Węglowodany ogółem [g] 384,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 181,3 Tłuszcz [g] 65,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Sód [mg] 1 745,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,8

2026-05-09 sobota	Dieta dla kobiet z endometriozą. serek wiejski b/laktozy 1 szt (MLE) Tofu plastry 60 g (SOJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Wafle ryżowe 40 g	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Cukinia faszerowana ryżem i warzywami 1 Por (SEL) Sos jarzynowy 60 g (SEL) Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Lekkostrawne leczo z piersią kurczaka i ziemniakami 300 g (SEL) Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 301,4 Białko ogółem [g] 71,4 Węglowodany ogółem [g] 303,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 145,1 Tłuszcz [g] 76,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Sód [mg] 2 401,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
2026-05-10 niedziela	1 Dieta podstawowa Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu i łososia 55 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa kalafiorowa 300 ml (MLE) Schab w panierce serowej 120 g (GLU, JAJ, MLE) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Kompot 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata bez cukru 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Ogórek kiszony 40 g Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (JAJ) Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 054,5 Białko ogółem [g] 95 Węglowodany ogółem [g] 274,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48,4 Tłuszcz [g] 70,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Sód [mg] 3 222,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
2026-05-10 niedziela	1 dieta łatwostrawna Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu i łososia 80 g (MLE) szynka drobiowa 2 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) sałata 10 g masło 82% 2 [Por] x 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt		Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (MLE, SEL) Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g (GLU, JAJ) Kasza kuskus 180 g (GLU) Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 2 [Por] x 10 g (MLE) Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 097,1 Białko ogółem [g] 93 Węglowodany ogółem [g] 254,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 49,1 Tłuszcz [g] 79 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5 Sód [mg] 2 049,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,3
2026-05-10 niedziela	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i łososia 55 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Herbata bez cukru 200 g	Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa kalafiorowa 300 ml (MLE) Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g (GLU, JAJ) Ryż brązowy 160 g Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (JAJ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 30 g Ogórek kiszony 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Herbata bez cukru 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 830,8 Białko ogółem [g] 75,9 Węglowodany ogółem [g] 253,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 31 Tłuszcz [g] 65,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 Sód [mg] 2 548,4 Błonnik pokarmowy [g] 41,7

2026-05-10 niedziela

1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Pasta z twarogu 80 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Cukier saszetka 1 szt</p>		<p>Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Ryż 180 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml Pierś z kurczaka pieczona 100 g Cukinia pieczona 100 g</p>	<p>Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Cukier saszetka 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 836,5 Białko ogółem [g] 96,1 Węglowodany ogółem [g] 242 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 47,6 Tłuszcz [g] 52,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,3 Sód [mg] 1 996,4 Błonnik pokarmowy [g] 15,2</p>
2 Dieta podstawowa	<p>Pasta z twarogu i łososia 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Ziemniaki gotowane 200 g Zupa kalafiorowa 300 ml (MLE) Schab w panierce serowej 120 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Rukola 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 292,8 Białko ogółem [g] 96,2 Węglowodany ogółem [g] 346 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 129,3 Tłuszcz [g] 65 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4 Sód [mg] 3 329,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,4</p>
2 dieta łatwostrawna	<p>Pasta z twarogu i łososia 80 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (MLE, SEL) Kasza kuskus 180 g (GLU) Kompot 200 ml Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g (GLU, JAJ) Cukinia pieczona 100 g</p>	<p>szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 216,9 Białko ogółem [g] 85,8 Węglowodany ogółem [g] 351,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 146,1 Tłuszcz [g] 53,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Sód [mg] 2 223,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,2</p>
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i łososia 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g</p>	<p>Zupa kalafiorowa 300 ml (MLE) Ryż brązowy 160 g Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g (GLU, JAJ)</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Rukola 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 867,2 Białko ogółem [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 262,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 38 Tłuszcz [g] 63,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Sód [mg] 2 601,8 Błonnik pokarmowy [g] 43,3</p>

2026-05-10 niedziela

2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Pasta z twarogu i lososia 80 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Ryż 180 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml Pierś z kurczaka pieczona 100 g Cukinia pieczona 100 g</p>	<p>Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pasta warzywna z cukinią 160 g (SEL)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 156,5 Białko ogółem [g] 86,7 Węglowodany ogółem [g] 330,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 129,6 Tłuszcz [g] 48,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,9 Sód [mg] 2 307,3 Błonnik pokarmowy [g] 18,4</p>
3 Dieta podstawowa	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu i lososia 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Zupa kalafiorowa 300 ml (MLE) Schab w panierce serowej 120 g (GLU, JAJ, MLE) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Marchewka z groszkiem 120 g (GLU, MLE) Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g Rukola 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 622,4 Białko ogółem [g] 109,7 Węglowodany ogółem [g] 393,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 135 Tłuszcz [g] 75,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Sód [mg] 3 571 Błonnik pokarmowy [g] 36,6</p>
3 dieta łatwostrawna	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu i lososia 80 g (MLE) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (MLE, SEL) Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g (GLU, JAJ) Kasza kuskus 180 g (GLU) Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 579,3 Białko ogółem [g] 95,9 Węglowodany ogółem [g] 382 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 148,3 Tłuszcz [g] 76,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Sód [mg] 2 227,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,2</p>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i lososia 80 g (MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g</p>	<p>Zupa kalafiorowa 300 ml (MLE) Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g (GLU, JAJ) Ryż brązowy 160 g Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Cukinia pieczona 100 g Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g Rukola 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 84,8 Węglowodany ogółem [g] 266 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 40,5 Tłuszcz [g] 79,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Sód [mg] 2 606,6 Błonnik pokarmowy [g] 44,2</p>

3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu i łososia 80 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe (GLU, JAJ, MLE) 40 g</p>	<p>Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Ryż 180 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml Pierś z kurczaka pieczona 100 g Cukinia pieczona 100 g</p>	<p>Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pasta warzywna z cukinią 160 g (SEL)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 605,4 Białko ogółem [g] 101,1 Węglowodany ogółem [g] 361,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 131,7 Tłuszcz [g] 71,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Sód [mg] 2 425,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,4</p>
4 Dieta podstawowa	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu i łososia 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe (GLU, JAJ, MLE) 40 g</p>	<p>Zupa kalafiorowa 300 ml (MLE) Schab w panierce serowej 120 g (GLU, JAJ, MLE) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Marchewka z groszkiem 120 g (GLU, MLE) Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g Rukola 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 851,8 Białko ogółem [g] 109,8 Węglowodany ogółem [g] 413,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 155,2 Tłuszcz [g] 92,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,7 Sód [mg] 3 573 Błonnik pokarmowy [g] 36,6</p>
4 dieta łatwostrawna	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu i łososia 80 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt</p>	<p>Ciasto drożdżowe (GLU, JAJ, MLE) 40 g</p>	<p>Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (MLE, SEL) Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g (GLU, JAJ) Kasza kuskus 180 g (GLU) Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g Rukola 10 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 659,1 Białko ogółem [g] 95,9 Węglowodany ogółem [g] 402 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 168,3 Tłuszcz [g] 76,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Sód [mg] 2 227,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,2</p>
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i łososia 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g</p>	<p>Zupa kalafiorowa 300 ml (MLE) Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g (GLU, JAJ) Ryż brązowy 160 g Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Cukinia pieczona 100 g Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g Rukola 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 84,8 Węglowodany ogółem [g] 266 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 40,5 Tłuszcz [g] 79,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Sód [mg] 2 606,6 Błonnik pokarmowy [g] 44,2</p>

2026-05-10 niedziela	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu i łososia 80 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Pierś z kurczaka pieczona 100 g Sos koperkowy 60 ml Ryż 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Pasta warzywna z cukinią 160 g (SEL) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 685,2 Białko ogółem [g] 101,1 Węglowodany ogółem [g] 381,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 151,7 Tłuszcz [g] 71,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Sód [mg] 2 425,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,4</p>
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	<p>Płatki jaglane na mleku roślinnym 300 ml (SOJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta wege 55 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Brzoskwinia 40 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt</p>	<p>Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt</p>	<p>Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Placki warzywne pieczone 300 g (JAJ) Sos koperkowy 60 ml Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 160 g (SEL) Pierś z indyka pieczona 100 g Plastry pieczonego buraka 80 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Tofu plastry 60 g (SOJ) Cukier saszetka 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 375 Białko ogółem [g] 82,4 Węglowodany ogółem [g] 324,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 150,1 Tłuszcz [g] 71,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 Sód [mg] 1 980,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,6</p>