

		1	2	3	5	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	SUMA
2026-03-11 środa	1 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g		Zupa brukselkowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Makaron penne z sosem alla alfredo 300 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Surówka z selera z rodzynkami 100 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g ( <b>SEL</b> ) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt ( <b>JAJ</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g pomidor 30 g Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 491,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 100,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 377 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 43,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 75 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 28,6 <b>Sód [mg]</b> 12,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 47,4
	1 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )		Barszcz czerwony zabieleny 300 ml ( <b>MLE</b> ) Risotto wegetariańskie z tofu duszone 300 g ( <b>SOJ, SEL</b> ) surówka z selera, marchwi i brzoskwini 100 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g ( <b>SEL</b> ) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt ( <b>JAJ</b> ) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 011,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 90 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 293,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 65 <b>Tłuszcz [g]</b> 54,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 15,5 <b>Sód [mg]</b> 4,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36,9
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g	Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g ( <b>MLE</b> )	Zupa brukselkowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Zapiekany makaron raz. ze szpinakiem i serem 300 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna 80 g ( <b>SEL</b> ) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt ( <b>JAJ</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) sałata 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g pomidor 30 g Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 994,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 91,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 284,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 42,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 65,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,7 <b>Sód [mg]</b> 8,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 46,6
	1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )		Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Risotto wegetariańskie duszone 300 g ( <b>SOJ, SEL</b> ) Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane bez żółtka 0,5 szt ( <b>JAJ</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) Pasta warzywna 160 g ( <b>SEL</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 828,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 86,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 303,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 67,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 33,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 11 <b>Sód [mg]</b> 4,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 39,5

2026-03-11 środa

2 Dieta podstawowa	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU, MLE</b>)                  Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>)                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  sałata 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pomarańcza 70 g</p>	<p>Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt</p>	<p>Zupa brukselkowa 300 ml (<b>MLE, SEL</b>)                  Makaron penne z sosem alla alfredo 300 g (<b>GLU, MLE</b>)                  Surówka z selera z rodzynkami 100 g (<b>MLE, SEL</b>)                  Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (<b>SEL</b>)                  Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>)                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  sałata karbowana 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  pomidor 40 g                  Ogórek kiszony 40 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 698,1  <b>Białko ogółem [g]</b> 107,7  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 451,2  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 110,9  <b>Tłuszcz [g]</b> 62,5  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 26,1  <b>Sód [mg]</b> 13,1  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 52,7</p>
2 dieta łatwostrawna	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU, MLE</b>)                  Ser biały 60 g (<b>MLE</b>)                  szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Pomidor sparzony 80 g                  sałata 10 g                  Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                  kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Banan 1 szt</p>	<p>Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt</p>	<p>Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (<b>MLE</b>)                  Risotto wegetariańskie z tofu duszone 300 g (<b>SOJ, SEL</b>)                  surówka z selera, marchwi i brzoskwini 100 g (<b>MLE, SEL</b>)                  Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (<b>SEL</b>)                  Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>)                  szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  sałata karbowana 10 g                  Pomidor sparzony 80 g                  Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 356,5  <b>Białko ogółem [g]</b> 97,5  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 413,7  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 149,7  <b>Tłuszcz [g]</b> 41  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 12,7  <b>Sód [mg]</b> 5,4  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 43,7</p>
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (<b>MLE</b>)                  Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>)                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  sałata 10 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>)                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pomarańcza 70 g</p>	<p>Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g (<b>MLE</b>)</p>	<p>Zupa brukselkowa 300 ml (<b>MLE, SEL</b>)                  Zapiekany makaron raz. ze szpinakiem i serem 300 g (<b>GLU, MLE</b>)                  Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (<b>SEL</b>)                  Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>)                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  sałata karbowana 10 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>)                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Ogórek kiszony 40 g                  pomidor 40 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  1 823  <b>Białko ogółem [g]</b> 97,4  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 287,6  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 45,6  <b>Tłuszcz [g]</b> 42,4  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,3  <b>Sód [mg]</b> 8,6  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 46,4</p>
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU, MLE</b>)                  Ser biały 60 g (<b>MLE</b>)                  Plastry z indyka pieczonego 40 g                  Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g                  Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                  kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p>Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt</p>	<p>Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml                  Risotto wegetariańskie duszone 300 g (<b>SOJ, SEL</b>)                  Marchewka mini gotowana 100 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (<b>JAJ</b>)                  Plastry ze schabu pieczonego 60 g                  Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pasta warzywna 160 g (<b>SEL</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 312,1  <b>Białko ogółem [g]</b> 91,8  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 395,2  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 128,9  <b>Tłuszcz [g]</b> 41  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 13,9  <b>Sód [mg]</b> 4,7  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 43,7</p>

2026-03-11 środa

3 Dieta podstawowa	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU, MLE</b>)                      Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>)                      wędlina                      wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                      papryka 40 g                      Ogórek plastry 40 g                      sałata 10 g                      Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                      dżem porcja 1 szt                      masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                      Cukier saszetka 1 szt                      Herbata 200 g                      woda szpital 1 szt                      Pomarańcza 70 g</p>	<p>Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt</p>	<p>Zupa brukselkowa 300 ml (<b>MLE, SEL</b>)                      Makaron penne z sosem alla alfredo 300 g (<b>GLU, MLE</b>)                      Surówka z selera z rodzynkami 100 g (<b>MLE, SEL</b>)                      Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (<b>SEL</b>)                      Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>)                      wędlina                      wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                      sałata karbowana 10 g                      Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                      dżem porcja 1 szt                      masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                      Cukier saszetka 1 szt                      Herbata 200 g                      woda szpital 1 szt                      Ogórek kiszony 40 g                      pomidor 40 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                      2 713  <b>Białko ogółem [g]</b> 107,7  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 451,2  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 110,9  <b>Tłuszcz [g]</b> 64,2  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 27,2  <b>Sód [mg]</b> 13,1  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 52,7</p>
3 dieta łatwostrawna	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU, MLE</b>)                      Ser biały 60 g (<b>MLE</b>)                      Pomidor sparzony 80 g                      szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                      sałata 10 g                      Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                      kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                      dżem porcja 1 szt                      masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                      Cukier saszetka 1 szt                      Herbata 200 g                      woda szpital 1 szt                      Banan 1 szt</p>	<p>Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt</p>	<p>Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (<b>MLE</b>)                      Risotto wegetariańskie z tofu duszone 300 g (<b>SOJ, SEL</b>)                      surówka z selera, marchwi i brzoskwini 100 g (<b>MLE, SEL</b>)                      Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (<b>SEL</b>)                      Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>)                      Plastry ze schabu pieczonego 60 g                      sałata karbowana 10 g                      Pomidor sparzony 80 g                      Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)                      dżem porcja 1 szt                      masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                      Cukier saszetka 1 szt                      Herbata 200 g                      woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                      2 388,2  <b>Białko ogółem [g]</b> 101,6  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 413,6  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 149,7  <b>Tłuszcz [g]</b> 42,1  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 14,1  <b>Sód [mg]</b> 4,9  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 43,7</p>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (<b>MLE</b>)                      Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>)                      papryka 40 g                      Ogórek plastry 40 g                      wędlina                      wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                      sałata 10 g                      Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                      masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                      Herbata 200 g                      woda szpital 1 szt                      Pomarańcza 70 g</p>	<p>Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g (<b>MLE</b>)</p>	<p>Zupa brukselkowa 300 ml (<b>MLE, SEL</b>)                      Zapiekany makaron raz. ze szpinakiem i serem 300 g (<b>GLU, MLE</b>)                      Surówka z kapusty pekińskiej 100 g                      Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (<b>SEL</b>)                      Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>)                      wędlina                      wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                      sałata karbowana 10 g                      Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                      masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                      Herbata 200 g                      woda szpital 1 szt                      Ogórek kiszony 40 g                      pomidor 40 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                      1 952,6  <b>Białko ogółem [g]</b> 98,1  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 293,2  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 49,5  <b>Tłuszcz [g]</b> 54,2  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,2  <b>Sód [mg]</b> 8,8  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 48,3</p>
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU, MLE</b>)                      Ser biały 60 g (<b>MLE</b>)                      Plastry z indyka pieczonego 40 g                      Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g                      Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                      kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                      dżem porcja 1 szt                      Cukier saszetka 1 szt                      Margaryna porcja 2 szt                      Herbata 200 g                      woda szpital 1 szt</p>	<p>Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt</p>	<p>Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml                      Risotto wegetariańskie duszone 300 g (<b>SOJ, SEL</b>)                      Marchewka mini gotowana 100 g                      Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna 160 g (<b>SEL</b>)                      Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (<b>JAJ</b>)                      Plastry ze schabu pieczonego 60 g                      Brzoskwinia 40 g                      Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)                      dżem porcja 1 szt                      Cukier saszetka 1 szt                      Margaryna porcja 2 szt                      Herbata 200 g                      woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                      2 558,6  <b>Białko ogółem [g]</b> 92  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 402,7  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 134,6  <b>Tłuszcz [g]</b> 57,1  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20,2  <b>Sód [mg]</b> 4,7  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 44</p>

2026-03-11 środa

4 Dieta podstawowa	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU, MLE</b>)                  Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>)                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  sałata 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pomarańcza 70 g</p>	<p>Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt</p>	<p>Zupa brukselkowa 300 ml (<b>MLE, SEL</b>)                  Makaron penne z sosem alla alfredo 300 g (<b>GLU, MLE</b>)                  Surówka z selera z rodzynkami 100 g (<b>MLE, SEL</b>)                  Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (<b>SEL</b>)                  Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>)                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  sałata karbowana 10 g                  pomidor 40 g                  Ogórek kiszony 40 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 753  <b>Białko ogółem [g]</b> 107,7  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 461,2  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 120,9  <b>Tłuszcz [g]</b> 64,2  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 27,2  <b>dżem porcja 1 szt</b>  <b>Sód [mg]</b> 13,1  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 52,7</p>
4 dieta łatwostrawna	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU, MLE</b>)                  Ser biały 60 g (<b>MLE</b>)                  szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Pomidor sparzony 80 g                  sałata 10 g                  Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                  kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Banan 1 szt</p>	<p>Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt</p>	<p>Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (<b>MLE</b>)                  Risotto wegetariańskie z tofu duszone 300 g (<b>SOJ, SEL</b>)                  surówka z selera, marchwi i brzoskwiń 100 g (<b>MLE, SEL</b>)                  Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (<b>SEL</b>)                  Plastry ze schabu pieczonego 60 g                  Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>)                  Pomidor sparzony 80 g                  sałata karbowana 10 g                  Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 428,1  <b>Białko ogółem [g]</b> 101,6  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 423,6  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 159,7  <b>Tłuszcz [g]</b> 42,1  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 14,1  <b>Sód [mg]</b> 4,9  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 43,7</p>
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (<b>MLE</b>)                  Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>)                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  sałata 10 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pomarańcza 70 g</p>	<p>Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g (<b>MLE</b>)</p>	<p>Zupa brukselkowa 300 ml (<b>MLE, SEL</b>)                  Zapiekany makaron raz. ze szpinakiem i serem 300 g (<b>GLU, MLE</b>)                  Surówka z kapusty pekińskiej 100 g                  Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (<b>SEL</b>)                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>)                  pomidor 40 g                  sałata karbowana 10 g                  Ogórek kiszony 40 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  1 952,6  <b>Białko ogółem [g]</b> 98,1  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 293,2  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 49,5  <b>Tłuszcz [g]</b> 54,2  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,2  <b>Sód [mg]</b> 8,8  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 48,3</p>
4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU, MLE</b>)                  Ser biały 60 g (<b>MLE</b>)                  Plastry z indyka pieczonego 40 g                  Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g                  Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                  kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 2 szt                  Margaryna porcja 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p>Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt</p>	<p>Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml                  Risotto wegetariańskie duszone 300 g (<b>SOJ, SEL</b>)                  Marchewka mini gotowana 100 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna 160 g (<b>SEL</b>)                  Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (<b>JAJ</b>)                  Plastry ze schabu pieczonego 60 g                  Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 2 szt                  Margaryna porcja 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 568,9  <b>Białko ogółem [g]</b> 91,8  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 405,4  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 138,9  <b>Tłuszcz [g]</b> 57  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20,2  <b>Sód [mg]</b> 4,7  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 43,7</p>

2026-03-11 środa	Dieta dla kobiet z endometriozą.	Płatki jaglane na mleku roślinnym 300 ml ( <b>SOJ</b> ) 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 200 g woda szpital 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Risotto wegetariańskie z tofu duszone 300 g ( <b>SOJ, SEL</b> ) Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 160 g ( <b>SEL</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Tofu plastry 60 g ( <b>SOJ</b> ) woda szpital 1 szt Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 293,8 <b>Białko ogółem [g] 74,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 331,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 112,7</b> <b>Tłuszcz [g] 65,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8</b> <b>Sód [mg] 3,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 47,6</b>
2026-03-12 czwartek	1 Dieta podstawowa	Pasta z twarogu z koperkiem 55 g ( <b>MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g		Zupa fasolowa 300 ml ( <b>SEL</b> ) Rolada wp z szynką i serem w sosie ogrodowym 200 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ) Surówka z pora 100 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Kompot 200 ml Kasza gryczana 160 g	Naleśnik z serem 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 142,2 <b>Białko ogółem [g] 111,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 274,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 40,2</b> <b>Tłuszcz [g] 73,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8</b> <b>Sód [mg] 6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 34,1</b>
	1 dieta łatwostrawna	Pasta z twarogu z koperkiem 55 g ( <b>MLE</b> ) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )		Zupa krem z marchwi 300 ml Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g ( <b>SEL</b> ) Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Naleśnik z serem 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 981,7 <b>Białko ogółem [g] 107</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 248,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48,4</b> <b>Tłuszcz [g] 63,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3</b> <b>Sód [mg] 4,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 30,1</b>
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta z twarogu z koperkiem 55 g ( <b>MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g	Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa fasolowa 300 ml ( <b>SEL</b> ) Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g ( <b>SEL</b> ) Kasza gryczana 160 g Surówka z pora 100 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Kompot bez cukru 200 ml	Naleśnik gryczany z serem 1 szt ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) sałata 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 102,9 <b>Białko ogółem [g] 107,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 272,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 35,6</b> <b>Tłuszcz [g] 73,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5</b> <b>Sód [mg] 5,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 48,3</b>

2026-03-12 czwartek

1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Pasta z twarogu 55 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU)		Zupa krem z marchwi 300 ml Piersz z indyka pieczona 100 g Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta z białek jaja kurzego 55 g (JAJ, MLE) Herbata 200 g Naleśnik z serem 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 379 <b>Białko ogółem [g]</b> 91,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 180,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 39,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 31,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 8,6 <b>Sód [mg]</b> 1,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 17,8
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 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa fasolowa 300 ml (SEL) Rolada wp z szynką i serem w sosie ogrodowym 200 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Surówka z pora 100 g (JAJ, GOR) Kompot 200 ml Kasza gryczana 160 g	Naleśnik z serem 1 szt (GLU, JAJ, MLE) 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 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 554,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 122,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 397,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 141,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 60,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,4 <b>Sód [mg]</b> 6,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 39,9
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 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa krem z marchwi 300 ml Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g (SEL) Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Naleśnik z serem 1 szt (GLU, JAJ, MLE) 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 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 430,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 119,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 387 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 141,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 48,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 14 <b>Sód [mg]</b> 5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36,1
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	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 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa fasolowa 300 ml (SEL) Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g (SEL) Kasza gryczana 160 g Surówka z pora 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml	Naleśnik gryczany z serem 1 szt (JAJ, 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 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 100,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 117,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 291,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 50,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 60,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 15 <b>Sód [mg]</b> 6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 51,4

2026-03-12 czwartek

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 200 g                  woda szpital 1 szt                  Brzoskwinia 40 g</p>	Kisiel owocowy 180 ml	<p>Zupa krem z marchwi 300 ml                  Piersz z indyka pieczona 100 g                  Kasza jaglana 180 g                  Cukinia 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 200 g                  woda szpital 1 szt                  Naleśnik z serem 1 szt (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 352,3  <b>Białko ogółem [g]</b> 111,9  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 370,8  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 133,6  <b>Tłuszcz [g]</b> 43,3  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 12,7  <b>Sód [mg]</b> 3,4  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,6</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 200 g                  woda szpital 1 szt                  Jabłko 1 szt</p>	Kisiel owocowy 180 ml	<p>Zupa fasolowa 300 ml (SEL)                  Rolada wp z szynką i serem w sosie ogrodowym 200 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE)                  Kasza gryczana 160 g                  Surówka z pora 100 g (JAJ, GOR)                  Marchewka z groszkiem 120 g (GLU, MLE)                  Kompot 200 ml</p>	<p>Naleśnik z serem 1 szt (GLU, JAJ, MLE)                  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 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 784,4  <b>Białko ogółem [g]</b> 130,5  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 421,2  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 149,1  <b>Tłuszcz [g]</b> 72,7  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 26,2  <b>Sód [mg]</b> 7  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 43,9</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 200 g                  woda szpital 1 szt                  Mandarynka 1 szt</p>	Kisiel owocowy 180 ml	<p>Zupa krem z marchwi 300 ml                  Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g (SEL)                  Kasza jaglana 180 g                  Cukinia pieczona 100 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Naleśnik z serem 1 szt (GLU, JAJ, MLE)                  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 32 g (GLU)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (MLE)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 505,9  <b>Białko ogółem [g]</b> 123,5  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 393,2  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 145,5  <b>Tłuszcz [g]</b> 52,3  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 16,3  <b>Sód [mg]</b> 5,1  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36,1</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 200 g                  woda szpital 1 szt                  Jabłko 1 szt</p>	Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	<p>Zupa fasolowa 300 ml (SEL)                  Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g (SEL)                  Kasza gryczana 160 g                  Surówka z pora 100 g (JAJ, GOR)                  Cukinia pieczona 100 g                  Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>Naleśnik gryczany z serem 1 szt (JAJ, 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 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 193,1  <b>Białko ogółem [g]</b> 123,3  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 300,7  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 57,2  <b>Tłuszcz [g]</b> 64  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 17,2  <b>Sód [mg]</b> 6,2  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 53,2</p>

2026-03-12 czwartek

3 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu 80 g ( <b>MLE</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa krem z marchwi 300 ml Piersz z indyka pieczona 100 g Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	pasta z białek jaja kurzego 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Brzoskwinia 40 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Naleśnik z serem 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 658,8 <b>Białko ogółem [g] 116,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 384,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 143,6</b> <b>Tłuszcz [g] 61,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1</b> <b>Sód [mg] 3,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 24</b>
4 Dieta podstawowa	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa fasolowa 300 ml ( <b>SEL</b> ) Rolada wp z szynką i serem w sosie ogrodowym 200 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ) Kasza gryczana 160 g Surówka z pora 100 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Marchewka z groszkiem 120 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Kompot 200 ml	Naleśnik z serem 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 824,2 <b>Białko ogółem [g] 130,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 431,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 159,1</b> <b>Tłuszcz [g] 72,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2</b> <b>Sód [mg] 7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 43,9</b>
4 dieta latwostrawna	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ) szynka drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa krem z marchwi 300 ml Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g ( <b>SEL</b> ) Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Naleśnik z serem 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) szynka drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 545,9 <b>Białko ogółem [g] 123,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 403,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 155,5</b> <b>Tłuszcz [g] 52,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3</b> <b>Sód [mg] 5,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 36,1</b>
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa fasolowa 300 ml ( <b>SEL</b> ) Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g ( <b>SEL</b> ) Kasza gryczana 160 g Surówka z pora 100 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Cukinia pieczona 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Naleśnik gryczany z serem 1 szt ( <b>JAJ, MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 193,1 <b>Białko ogółem [g] 123,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 300,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 57,2</b> <b>Tłuszcz [g] 64</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2</b> <b>Sód [mg] 6,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 53,2</b>

2026-03-12 czwartek	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu 80 g ( <b>MLE</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Brzoskwinia 40 g Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa krem z marchwi 300 ml Piersz z indyka pieczona 100 g Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Naleśnik z serem 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta z białek jaja kurzego 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 669,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 116,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 387,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 147,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 61,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20,1 <b>Sód [mg]</b> 3,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,6
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	jogurt bez laktozy 1 szt ( <b>MLE</b> ) Tofu plastry 60 g ( <b>SOJ</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Brzoskwinia 40 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 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 ( <b>SOJ, SEL</b> ) Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Naleśnik bezglutenowy z jabłkiem 2 szt ( <b>JAJ, SOJ</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 284,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 56,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 325,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 135,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,6 <b>Sód [mg]</b> 3,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33,6
2026-03-13 piątek	1 Dieta podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g		Zupa jarzynowa z fasolką 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Morszczuk pod ziołową kruszonką 100 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 0,5 szt ( <b>JAJ</b> ) Paszтет 55 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) pomidor 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 139,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 102,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 275,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 40 <b>Tłuszcz [g]</b> 83,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,3 <b>Sód [mg]</b> 9,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 37,3
	1 dieta łatwostrawna	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )		Zupa zacierkowa 300 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) Pulpet z ryby 100 g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompot 200 ml sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml ( <b>SOJ, SEL</b> )	Jajko gotowane na twardo 0,5 szt ( <b>JAJ</b> ) Paszтет 55 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 113,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 111,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 278,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 50,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 66,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 17,5 <b>Sód [mg]</b> 6,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33,1

2026-03-13 piątek

1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (<b>MLE</b>) Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g</p>	<p>Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180 ml (<b>GLU, MLE</b>)</p>	<p>Zupa jarzynowa z fasolką 300 ml (<b>MLE, SEL</b>) Pulpet z ryby 100 g (<b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml (<b>SOJ, SEL</b>)</p>	<p>Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (<b>JAJ</b>) Paszтет 55 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) pomidor 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Ogórek kiszony 40 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 110,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 104,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 276,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 34,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 79,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21 <b>Sód [mg]</b> 72,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 46,4</p>
1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<b>MLE</b>) Ser biały 60 g (<b>MLE</b>) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)</p>		<p>Zupa zacierkowa 300 ml (<b>GLU, JAJ, SEL</b>) Pulpet z ryby 100 g (<b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml (<b>SOJ, SEL</b>)</p>	<p>Jajko gotowane bez żółtka 0,8 szt (<b>JAJ</b>) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 848,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 104,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 261,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 40,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 43,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 14,7 <b>Sód [mg]</b> 40,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26,8</p>
2 Dieta podstawowa	<p>Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<b>MLE</b>)</p>	<p>Herbatniki 2 szt (<b>GLU, SOJ</b>)</p>	<p>Zupa jarzynowa z fasolką 300 ml (<b>MLE, SEL</b>) Morszczuk pod ziołową kruszonką 100 g (<b>GLU, JAJ, RYB</b>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>) Paszтет 55 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) pomidor 40 g Rukola 10 g Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 116 <b>Białko ogółem [g]</b> 125,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 478,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 153,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 92,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,4 <b>Sód [mg]</b> 606,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 41,8</p>
2 dieta łatwostrawna	<p>Ser biały 60 g (<b>MLE</b>) szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>) kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<b>MLE</b>)</p>	<p>Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml</p>	<p>Zupa zacierkowa 300 ml (<b>GLU, JAJ, SEL</b>) Pulpet z ryby 100 g (<b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b>) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g (<b>MLE</b>) Kompot 200 ml</p>	<p>Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>) Paszтет 55 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>) szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) Rukola 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 381,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 116,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 383,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 130 <b>Tłuszcz [g]</b> 51,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 14,6 <b>Sód [mg]</b> 387,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 38,5</p>

2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (<b>MLE</b>) Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>) masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180 ml (<b>GLU, MLE</b>)</p>	<p>Zupa jarzynowa z fasolką 300 ml (<b>MLE, SEL</b>) Pulpet z ryby 100 g (<b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml (<b>SOJ, SEL</b>)</p>	<p>Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>) Paszтет 55 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) pomidor 40 g Rukola 10 g Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>) masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 053,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 111,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 285,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 41 <b>Tłuszcz [g]</b> 66,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,3 <b>Sód [mg]</b> 74,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 48,1</p>
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<b>MLE</b>) Ser biały 60 g (<b>MLE</b>) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>) kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g</p>	<p>Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml</p>	<p>Zupa zacierkowa 300 ml (<b>GLU, JAJ, SEL</b>) Pulpet z ryby 100 g (<b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml (<b>SOJ, SEL</b>)</p>	<p>Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (<b>JAJ</b>) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 228,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 108,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 355,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 102,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 43,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 14,4 <b>Sód [mg]</b> 419,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31</p>
3 Dieta podstawowa	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<b>MLE</b>) Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Herbatniki 2 szt (<b>GLU, SOJ</b>)</p>	<p>Zupa jarzynowa z fasolką 300 ml (<b>MLE, SEL</b>) Morszczuk pod ziołową kruszonką 100 g (<b>GLU, JAJ, RYB</b>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kalafior gotowany 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>) Paszтет 55 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) pomidor 40 g Rukola 10 g Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 154,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 127,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 482,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 155,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 94,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,7 <b>Sód [mg]</b> 606,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 44</p>
3 dieta łatwostrawna	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<b>MLE</b>) Ser biały 60 g (<b>MLE</b>) Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>) kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt</p>	<p>Herbatniki 2 szt (<b>GLU, SOJ</b>)</p>	<p>Zupa zacierkowa 300 ml (<b>GLU, JAJ, SEL</b>) Pulpet z ryby 100 g (<b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b>) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g (<b>MLE</b>) Kompot 200 ml sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml (<b>SOJ, SEL</b>)</p>	<p>Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>) Paszтет 55 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Rukola 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 263,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 138,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 528,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 181,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 75,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,9 <b>Sód [mg]</b> 981,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 39,7</p>

2026-03-13 piątek

3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (<b>MLE</b>) Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>) masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180 ml (<b>GLU, MLE</b>)</p>	<p>Zupa jarzynowa z fasolką 300 ml (<b>MLE, SEL</b>) Pulpet z ryby 100 g (<b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kalańior gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml (<b>SOJ, SEL</b>)</p>	<p>Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>) Paszтет 55 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) pomidor 40 g Rukola 10 g Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>) masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 092 <b>Białko ogółem [g]</b> 113,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 289,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 43,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 68 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,4 <b>Sód [mg]</b> 75 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 50,3</p>
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<b>MLE</b>) Ser biały 60 g (<b>MLE</b>) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>) kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g</p>	<p>Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml</p>	<p>Zupa zacierkowa 300 ml (<b>GLU, JAJ, SEL</b>) Pulpet z ryby 100 g (<b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (<b>JAJ</b>) Ser biały 60 g (<b>MLE</b>) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Ser biały 60 g (<b>MLE</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 544,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 128,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 349,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 105,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 63,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,8 <b>Sód [mg]</b> 455,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,8</p>
4 Dieta podstawowa	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<b>MLE</b>) Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Herbatniki 2 szt (<b>GLU, SOJ</b>)</p>	<p>Zupa jarzynowa z fasolką 300 ml (<b>MLE, SEL</b>) Morszczuk pod ziołową kruszonką 100 g (<b>GLU, JAJ, RYB</b>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kalańior gotowany 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>) Paszтет 55 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) pomidor 40 g Rukola 10 g Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 194,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 127,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 492,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 165,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 94,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,7 <b>Sód [mg]</b> 606,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 44</p>
4 dieta łatwostrawna	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<b>MLE</b>) Ser biały 60 g (<b>MLE</b>) szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>) kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt</p>	<p>Herbatniki 2 szt (<b>GLU, SOJ</b>)</p>	<p>Zupa zacierkowa 300 ml (<b>GLU, JAJ, SEL</b>) Pulpet z ryby 100 g (<b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b>) sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml (<b>SOJ, SEL</b>) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g (<b>MLE</b>) Kompot 200 ml</p>	<p>Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Paszтет 55 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>) Pomidor sparzony 80 g Rukola 10 g Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 303,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 138,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 538,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 191,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 75,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,9 <b>Sód [mg]</b> 981,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 39,7</p>

2026-03-13 piątek	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 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180 ml (GLU, MLE)	Zupa jarzynowa z fasolką 300 ml (MLE, 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 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 092 Białko ogółem [g] 113,9 Węglowodany ogółem [g] 289,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 43,1 Tłuszcz [g] 68 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 Sód [mg] 75 Błonnik pokarmowy [g] 50,3
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza kukurydziana 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 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, 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 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 564,5 Białko ogółem [g] 119,6 Węglowodany ogółem [g] 368,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 114,2 Tłuszcz [g] 62,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Sód [mg] 455,9 Błonnik pokarmowy [g] 31
	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 dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g Cukier saszetka 1 szt	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa jarzynowa z natką wege 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 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 349,8 Białko ogółem [g] 82,9 Węglowodany ogółem [g] 321,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 111,3 Tłuszcz [g] 74,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2 Sód [mg] 77,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,3
2026-03-14 sobota	1 Dieta podstawowa	Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ, MLE) 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 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g	Barszcz biały 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Schab w sosie cebulowym 200 g (MLE) Kasza pęczak 160 g (GLU) surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g (MLE) 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 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 284,5 Białko ogółem [g] 117,6 Węglowodany ogółem [g] 271,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 40,3 Tłuszcz [g] 85,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 Sód [mg] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,7	

2026-03-14 sobota

1 dieta łatwostrawna	<p>Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (<b>JAJ, MLE</b>) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)</p>		<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (<b>SOJ, SEL</b>) Pałki z kurczaka pieczone 150 g Kasza jęczmienna 160 g (<b>GLU</b>) Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (<b>SEL</b>)</p>	<p>Parówki z keczupem 100 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) szynka drobiowa 2 30 g Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>) Ser biały 60 g (<b>MLE</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 417,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 117,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 275,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 60,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 93,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 26,1 <b>Sód [mg]</b> 6,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26,5</p>
1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (<b>JAJ, MLE</b>) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) papryka 30 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g</p>	<p>Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g (<b>GLU, MLE</b>)</p>	<p>Barszcz biały 300 ml (<b>GLU, JAJ, MLE</b>) Pałki z kurczaka pieczone 150 g Kasza pęczak 160 g (<b>GLU</b>) Surówka z marchwi i jabłka bez cukru 100 g (<b>MLE</b>) Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (<b>SEL</b>)</p>	<p>Parówki z keczupem 100 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 647,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 129 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 296,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 29,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 114,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35 <b>Sód [mg]</b> 9,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 47,9</p>
1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Ser biały 120 g (<b>MLE</b>) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (<b>SEL</b>) Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)</p>		<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (<b>SOJ, SEL</b>) Schab wp pieczony 100 g Kasza jęczmienna 160 g (<b>GLU</b>) Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (<b>SEL</b>)</p>	<p>Lekkostrawne leczo z piersią kurczaka i ziemniakami 100 g (<b>SEL</b>) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (<b>SEL</b>) Margaryna porcja 1 szt Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>) Herbata 200 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 972,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 110,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 279,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 60,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 40,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 14,6 <b>Sód [mg]</b> 3,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,1</p>
2 Dieta podstawowa	<p>Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (<b>JAJ, MLE</b>) wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt</p>	<p>Budyń waniliowy na mleku 180 ml (<b>MLE</b>)</p>	<p>Barszcz biały 300 ml (<b>GLU, JAJ, MLE</b>) Schab w sosie cebulowym 200 g (<b>MLE</b>) Kasza pęczak 160 g (<b>GLU</b>) surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g (<b>MLE</b>) Kompot 200 ml</p>	<p>Parówki z keczupem 100 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 518,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 127,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 354,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 105,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 28,2 <b>Sód [mg]</b> 8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36,5</p>

2026-03-14 sobota

2 dieta łatwostrawna	<p>Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (<b>JAJ, MLE</b>) szynka drobiowa 50 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>) kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt</p>	<p>Budyń waniliowy na mleku 180 ml (<b>MLE</b>)</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (<b>SOJ, SEL</b>) Pałki z kurczaka pieczone 150 g Kasza jęczmienna 160 g (<b>GLU</b>) Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (<b>SEL</b>)</p>	<p>Parówki z keczupem 100 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Ser biały 60 g (<b>MLE</b>) Ser biały 60 g (<b>MLE</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 793,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 138,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 386,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 127,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 81,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 25,1 <b>Sód [mg]</b> 7,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,4</p>
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (<b>JAJ, MLE</b>) wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>) masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt</p>	<p>Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g (<b>GLU, MLE</b>)</p>	<p>Barszcz biały 300 ml (<b>GLU, JAJ, MLE</b>) Pałki z kurczaka pieczone 150 g Kasza jęczmienna 160 g (<b>GLU</b>) Surówka z marchwi i jabłka bez cukru 100 g (<b>MLE</b>) Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (<b>SEL</b>)</p>	<p>Parówki z keczupem 100 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>) masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 540,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 133,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 307,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 35,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 97,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,4 <b>Sód [mg]</b> 9,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 50,4</p>
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Ser biały 120 g (<b>MLE</b>) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (<b>SEL</b>) Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>) kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Budyń waniliowy na mleku 180 ml (<b>MLE</b>)</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (<b>SOJ, SEL</b>) Schab wp pieczony 100 g Kasza jęczmienna 160 g (<b>GLU</b>) Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (<b>SEL</b>)</p>	<p>Lekkostrawne leczo z piersią kurczaka i ziemniakami 100 g (<b>SEL</b>) Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (<b>SEL</b>) Ser biały 60 g (<b>MLE</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 495,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 129,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 384,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 122,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 45,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 17,5 <b>Sód [mg]</b> 4,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,4</p>
3 Dieta podstawowa	<p>Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (<b>JAJ, MLE</b>) wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt</p>	<p>Budyń waniliowy na mleku 180 ml (<b>MLE</b>)</p>	<p>Barszcz biały 300 ml (<b>GLU, JAJ, MLE</b>) Schab w sosie cebulowym 200 g (<b>MLE</b>) Kasza pęczak 160 g (<b>GLU</b>) surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g (<b>MLE</b>) Brokuł gotowany 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Parówki z keczupem 100 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 562,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 129,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 358,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 107,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 73,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,3 <b>Sód [mg]</b> 8,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 38,8</p>

2026-03-14 sobota

3 dieta łatwostrawna	<p>Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (<b>JAJ, MLE</b>)                  Pomidor sparzony 80 g                  szynka drobiowa 50 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  salata 10 g                  Bułka wroclawska 32 g (<b>GLU</b>)                  kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Mandarynka 1 szt</p>	<p>Budyń waniliowy na mleku 180 ml (<b>MLE</b>)</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (<b>SOJ, SEL</b>)                  Pałki z kurczaka pieczone 150 g                  Kasza jęczmienna 160 g (<b>GLU</b>)                  Buraczki puree 150 g                  Kompot 200 ml                  Sos jarzynowy 60 g (<b>SEL</b>)</p>	<p>Parówki z keczupem 100 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  salata karbowana 10 g                  Pomidor sparzony 80 g                  Bułka wroclawska 80 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Ser biały 60 g (<b>MLE</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 729,2  <b>Białko ogółem [g]</b> 126,9  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 384,1  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 125,7  <b>Tłuszcz [g]</b> 80,1  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 24,5  <b>Sód [mg]</b> 7,2  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,4</p>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (<b>JAJ, MLE</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 50 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  salata 10 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Mandarynka 1 szt</p>	<p>Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g (<b>GLU, MLE</b>)</p>	<p>Barszcz biały 300 ml (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)                  Pałki z kurczaka pieczone 150 g                  Kasza pęczak 160 g (<b>GLU</b>)                  Surówka z marchwi i jabłka bez cukru 100 g (<b>MLE</b>)                  Brokuł gotowany 100 g                  Kompot bez cukru 200 ml                  Sos jarzynowy 60 g (<b>SEL</b>)</p>	<p>Parówki z keczupem 100 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  pomidor 80 g                  salata karbowana 10 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 588,2  <b>Białko ogółem [g]</b> 136  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 309  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 37,7  <b>Tłuszcz [g]</b> 99,9  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,5  <b>Sód [mg]</b> 9,5  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 52,2</p>
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Ser biały 120 g (<b>MLE</b>)                  Plastry z indyka pieczonego 40 g                  Plastry pieczonych warzyw 80 g (<b>SEL</b>)                  Bułka wroclawska 32 g (<b>GLU</b>)                  kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p>Budyń waniliowy na mleku 180 ml (<b>MLE</b>)</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (<b>SOJ, SEL</b>)                  Schab wp pieczony 100 g                  Kasza jęczmienna 160 g (<b>GLU</b>)                  Buraczki puree 150 g                  Kompot 200 ml                  Sos jarzynowy 60 g (<b>SEL</b>)</p>	<p>Lekkostrawne leczo z piersią kurczaka i ziemniakami 100 g (<b>SEL</b>)                  Bułka wroclawska 80 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Ser biały 60 g (<b>MLE</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 655,4  <b>Białko ogółem [g]</b> 120,9  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 378,9  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 119,6  <b>Tłuszcz [g]</b> 60,9  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,7  <b>Sód [mg]</b> 3,9  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,4</p>
4 Dieta podstawowa	<p>Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (<b>JAJ, MLE</b>)                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 50 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  salata 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Mandarynka 1 szt</p>	<p>Budyń waniliowy na mleku 180 ml (<b>MLE</b>)</p>	<p>Barszcz biały 300 ml (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)                  Schab w sosie cebulowym 200 g (<b>MLE</b>)                  Kasza pęczak 160 g (<b>GLU</b>)                  surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g (<b>MLE</b>)                  Brokuł gotowany 100 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Parówki z keczupem 100 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>)                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  pomidor 80 g                  salata karbowana 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 602,8  <b>Białko ogółem [g]</b> 129,9  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 368,8  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 117,4  <b>Tłuszcz [g]</b> 73,5  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,3  <b>Sód [mg]</b> 8,1  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 38,8</p>

2026-03-14 sobota	4 dieta łatwostrawna	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) szynka drobiowa 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml ( <b>MLE</b> )	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml ( <b>SOJ, SEL</b> ) Pałki z kurczaka pieczone 150 g Sos jarzynowy 60 g ( <b>SEL</b> ) Kasza jęczmienna 160 g ( <b>GLU</b> ) Buraczkzi puree 150 g Kompot 200 ml	Parówki z keczupem 100 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) szynka drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 769 <b>Białko ogółem [g]</b> 126,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 394,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 135,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 80,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 24,5 <b>Sód [mg]</b> 7,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,4
	4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g ( <b>GLU, MLE</b> )	Barszcz biały 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Pałki z kurczaka pieczone 150 g Sos jarzynowy 60 g ( <b>SEL</b> ) Kasza pęczak 160 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z marchwi i jabłka bez cukru 100 g ( <b>MLE</b> ) Brokuł gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Parówki z keczupem 100 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 588,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 136 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 309 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 37,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 99,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,5 <b>Sód [mg]</b> 9,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 52,2
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ser biały 120 g ( <b>MLE</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Budyń waniliowy na mleku 180 ml ( <b>MLE</b> )	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml ( <b>SOJ, SEL</b> ) Schab wp pieczony 100 g Sos jarzynowy 60 g ( <b>SEL</b> ) Kasza jęczmienna 160 g ( <b>GLU</b> ) Buraczkzi puree 150 g Kompot 200 ml	Lekkostrawne leczo z piersią kurczaka i ziemniakami 100 g ( <b>SEL</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 782,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 129,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 401,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 138 <b>Tłuszcz [g]</b> 61,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,9 <b>Sód [mg]</b> 4,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,8
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	serek wiejski b/laktozy 1 szt ( <b>MLE</b> ) Tofu plastry 60 g ( <b>SOJ</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Wafle ryżowe 40 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml ( <b>SOJ, SEL</b> ) Placki warzywne pieczone 300 g ( <b>JAJ</b> ) Sos jarzynowy 60 g ( <b>SEL</b> ) Buraczkzi puree 150 g Kompot 200 ml	Lekkostrawne leczo z piersią kurczaka i ziemniakami 300 g ( <b>SEL</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 530,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 94,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 314,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 101,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 91,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 27,3 <b>Sód [mg]</b> 5,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 44,6

2026-03-15 niedziela	1 Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pasta z twarogu z natką 55 g ( <b>MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g	Zupa kalafiorowa 300 ml ( <b>MLE</b> ) Stripsy drobiowe 150 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka Coleslaw 100 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Kompot 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g ( <b>SEL</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) pomidor 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Ogórek kiszony 40 g Jajko gotowane na twardo 0,5 szt ( <b>JAJ</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 132 <b>Białko ogółem [g]</b> 105,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 290,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 48,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 75 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 17,7 <b>Sód [mg]</b> 7,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 41,9	
	1 dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pasta z twarogu z natką 55 g ( <b>MLE</b> ) szynka drobiowa 2 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )	Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml ( <b>SEL</b> ) Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g ( <b>SEL</b> ) Makaron spaghetti 160 g ( <b>GLU</b> ) Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 0,5 szt ( <b>JAJ</b> ) Pasta warzywna z cukinią 80 g ( <b>SEL</b> ) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 207,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 110,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 306,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 52,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 62,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 16,2 <b>Sód [mg]</b> 4,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 35,4	
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z natką 55 g ( <b>MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa kalafiorowa 300 ml ( <b>MLE</b> ) Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g ( <b>SEL</b> ) Makaron razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Surówka Coleslaw 100 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g ( <b>SEL</b> ) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt ( <b>JAJ</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) pomidor 30 g Ogórek kiszony 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 135 <b>Białko ogółem [g]</b> 92,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 293,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 42,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 75,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 16,8 <b>Sód [mg]</b> 6,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 48
	1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Pasta z twarogu 80 g ( <b>MLE</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml ( <b>SEL</b> ) Ryż 180 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml Pierś z kurczaka pieczona 100 g Dynia pieczona 100 g	Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 862,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 103,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 275,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 41,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 35,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 12,7 <b>Sód [mg]</b> 3,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,9	

2 Dieta podstawowa	Pasta z twarogu z natką 80 g ( <b>MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Ciasto drożdżowe ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) 40 g	Ziemniaki gotowane 200 g Zupa kalafiorowa 300 ml ( <b>MLE</b> ) Stripsy drobiowe 150 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Surówka Coleslaw 100 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Kompot 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g ( <b>SEL</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) pomidor 40 g Rukola 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g Jajko gotowane na twardo 1 szt ( <b>JAJ</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 161,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 108,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 328,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 89,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 59,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 14 <b>Sód [mg]</b> 7,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 42,4
2 dieta łatwostrawna	Pasta z twarogu z natką 80 g ( <b>MLE</b> ) szynka drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Ciasto drożdżowe ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) 40 g	Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml ( <b>SEL</b> ) Makaron spaghetti 160 g ( <b>GLU</b> ) Kompot 200 ml Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g ( <b>SEL</b> ) Dymia pieczona 100 g	szynka drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Rukola 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jajko gotowane na twardo 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pasta warzywna z cukinią 80 g ( <b>SEL</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 378,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 113,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 390,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 111,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 45,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 12,1 <b>Sód [mg]</b> 5,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 38
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z natką 80 g ( <b>MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa kalafiorowa 300 ml ( <b>MLE</b> ) Makaron razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Surówka Coleslaw 100 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Kompot bez cukru 200 ml Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g ( <b>SEL</b> )	Pasta warzywna z cukinią 80 g ( <b>SEL</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) pomidor 40 g Rukola 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g Jajko gotowane na twardo 1 szt ( <b>JAJ</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 103,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 103,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 303,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 49,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 62,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 14,2 <b>Sód [mg]</b> 6,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 49,9
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Pasta z twarogu z natką 80 g ( <b>MLE</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Ciasto drożdżowe ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) 40 g	Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml ( <b>SEL</b> ) Ryż 180 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml Pierś z kurczaka pieczona 100 g Dymia pieczona 100 g	Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pasta warzywna z cukinią 160 g ( <b>SEL</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 146,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 101,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 359,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 86,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 31,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 11,2 <b>Sód [mg]</b> 4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 37,8

2026-03-15 niedziela

3 Dieta podstawowa	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>GLU, MLE</b>)                  Pasta z twarogu z natką 80 g (<b>MLE</b>)                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  sałata 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pomarańcza 70 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)</p>	<p>Zupa kalafiorowa 300 ml (<b>MLE</b>)                  Stripsy drobiowe 150 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Surówka Coleslaw 100 g (<b>JAJ, GOR</b>)                  Fasolka szparagowa gotowana 100 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g (<b>SEL</b>)                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  pomidor 40 g                  Ogórek kiszony 40 g                  Rukola 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 421,1  <b>Białko ogółem [g]</b> 122,5  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 366,2  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 100,9  <b>Tłuszcz [g]</b> 66,9  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 17,6  <b>Sód [mg]</b> 7,4  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 46,8</p>
3 dieta łatwostrawna	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>GLU, MLE</b>)                  Pasta z twarogu z natką 80 g (<b>MLE</b>)                  Plastry pieczonych warzyw 80 g (<b>SEL</b>)                  szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  sałata 10 g                  Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                  kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Banan 1 szt</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)</p>	<p>Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml (<b>SEL</b>)                  Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g (<b>SEL</b>)                  Makaron spaghetti 160 g (<b>GLU</b>)                  Dynia pieczona 100 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g (<b>SEL</b>)                  Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>)                  szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Rukola 10 g                  Pomidor sparzony 80 g                  Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 604,8  <b>Białko ogółem [g]</b> 125,1  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 421,5  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 120,2  <b>Tłuszcz [g]</b> 52,9  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 15,7  <b>Sód [mg]</b> 5,4  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 40,1</p>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (<b>MLE</b>)                  Pasta z twarogu z natką 80 g (<b>MLE</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  sałata 10 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Herbata 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 (<b>MLE</b>)                  Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g (<b>SEL</b>)                  Makaron razowy 160 g (<b>GLU</b>)                  Surówka Coleslaw 100 g (<b>JAJ, GOR</b>)                  Fasolka szparagowa gotowana 100 g                  Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g (<b>SEL</b>)                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  pomidor 40 g                  Ogórek kiszony 40 g                  Rukola 10 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 151,5  <b>Białko ogółem [g]</b> 106,3  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 310  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 51,6  <b>Tłuszcz [g]</b> 64,1  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 15,5  <b>Sód [mg]</b> 6,8  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 52,2</p>
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>GLU, MLE</b>)                  Pasta z twarogu z natką 80 g (<b>MLE</b>)                  Plastry z indyka pieczonego 40 g                  Plastry pieczonych warzyw 80 g (<b>SEL</b>)                  Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                  kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Brzoskwinia 40 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)</p>	<p>Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml (<b>SEL</b>)                  Ryż 180 g                  Kompot 200 ml                  Sos koperkowy 60 ml                  Pierś z kurczaka pieczona 100 g                  Dynia pieczona 100 g</p>	<p>Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (<b>JAJ</b>)                  Plastry ze schabu pieczonego 60 g                  Plastry pieczonych warzyw 80 g (<b>SEL</b>)                  Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pasta warzywna z cukinią 160 g (<b>SEL</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 595,1  <b>Białko ogółem [g]</b> 118,6  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 390,1  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 96,1  <b>Tłuszcz [g]</b> 54  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20  <b>Sód [mg]</b> 4,4  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 39,9</p>

2026-03-15 niedziela

4 Dieta podstawowa	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>GLU, MLE</b>)                  Pasta z twarogu z natką 80 g (<b>MLE</b>)                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  sałata 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pomarańcza 70 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)</p>	<p>Zupa kalafiorowa 300 ml (<b>MLE</b>)                  Stripsy drobiowe 150 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Surówka Coleslaw 100 g (<b>JAJ, GOR</b>)                  Fasolka szparagowa gotowana 100 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g (<b>SEL</b>)                  Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>)                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  pomidor 40 g                  Ogórek kiszony 40 g                  Rukola 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 460,9  <b>Białko ogółem [g]</b> 122,5  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 376,2  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 110,9  <b>Tłuszcz [g]</b> 66,9  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 17,6  <b>Sód [mg]</b> 7,4  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 46,8</p>
4 dieta łatwostrawna	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>GLU, MLE</b>)                  Pasta z twarogu z natką 80 g (<b>MLE</b>)                  szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Plastry pieczonych warzyw 80 g (<b>SEL</b>)                  sałata 10 g                  Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                  kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Banan 1 szt</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)</p>	<p>Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml (<b>SEL</b>)                  Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g (<b>SEL</b>)                  Makaron spaghetti 160 g (<b>GLU</b>)                  Dynia pieczona 100 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>)                  Pasta warzywna z cukinią 80 g (<b>SEL</b>)                  szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Pomidor sparzony 80 g                  Rukola 10 g                  Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 644,7  <b>Białko ogółem [g]</b> 125,1  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 431,5  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 130,2  <b>Tłuszcz [g]</b> 52,9  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 15,7  <b>Sód [mg]</b> 5,4  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 40,1</p>
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (<b>MLE</b>)                  Pasta z twarogu z natką 80 g (<b>MLE</b>)                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  sałata 10 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Herbata 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 (<b>MLE</b>)                  Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g (<b>SEL</b>)                  Makaron razowy 160 g (<b>GLU</b>)                  Surówka Coleslaw 100 g (<b>JAJ, GOR</b>)                  Fasolka szparagowa gotowana 100 g                  Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Pasta warzywna z cukinią 80 g (<b>SEL</b>)                  Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>)                  pomidor 40 g                  Ogórek kiszony 40 g                  Rukola 10 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 151,5  <b>Białko ogółem [g]</b> 106,3  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 310  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 51,6  <b>Tłuszcz [g]</b> 64,1  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 15,5  <b>Sód [mg]</b> 6,8  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 52,2</p>
4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>GLU, MLE</b>)                  Pasta z twarogu z natką 80 g (<b>MLE</b>)                  Plastry z indyka pieczonego 40 g                  Plastry pieczonych warzyw 80 g (<b>SEL</b>)                  Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                  kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 2 szt                  Margaryna porcja 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Brzoskwinia 40 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)</p>	<p>Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml (<b>SEL</b>)                  Pierś z kurczaka pieczona 100 g                  Sos koperkowy 60 ml                  Ryż 180 g                  Dynia pieczona 100 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (<b>JAJ</b>)                  Pasta warzywna z cukinią 160 g (<b>SEL</b>)                  Plastry ze schabu pieczonego 60 g                  Plastry pieczonych warzyw 80 g (<b>SEL</b>)                  Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 2 szt                  Margaryna porcja 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 635  <b>Białko ogółem [g]</b> 118,6  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 400,1  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 106,1  <b>Tłuszcz [g]</b> 54  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20  <b>Sód [mg]</b> 4,4  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 39,9</p>

2026-03-15 niedziela	Dieta dla kobiet z endometriozą.	Płatki jaglane na mleku roślinnym 300 ml ( <b>SOJ</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta wege 55 g Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Brzoskwinia 40 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml ( <b>SEL</b> ) Pomidory faszerowane warzywami i ryżem 3 szt ( <b>SEL</b> ) Sos koperkowy 60 ml Dyńia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 160 g ( <b>SEL</b> ) Pierś z indyka pieczona 100 g Plastry pieczonego buraka 80 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Tofu plastry 60 g ( <b>SOJ</b> ) Cukier saszetka 1 szt	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 168,8 <b>Białko ogółem [g] 82,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 300,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 112,9</b> <b>Tłuszcz [g] 59,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4</b> <b>Sód [mg] 3,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 58</b></p>
2026-03-16 poniedziałek	1 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g	Zupa ogórkowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) chili corn carne wp 220 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Kompot 200 ml Ryż 180 g	Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Herbata 200 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> )	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 256,6 <b>Białko ogółem [g] 100,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 298,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 51,6</b> <b>Tłuszcz [g] 82,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7</b> <b>Sód [mg] 8,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 42,7</b></p>	
	1 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g ( <b>SEL</b> )	Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ) szynka drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 60 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) Herbata 200 g	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 158,7 <b>Białko ogółem [g] 123,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 258</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 54,8</b> <b>Tłuszcz [g] 76,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19</b> <b>Sód [mg] 5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 32,7</b></p>	
2026-03-16 poniedziałek	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g szpinak 5 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	Zupa ogórkowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g ( <b>SEL</b> ) Kasza gryczana 160 g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g ( <b>SEL</b> )	Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ) pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 281,2 <b>Białko ogółem [g] 118,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 282,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 40,8</b> <b>Tłuszcz [g] 83,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7</b> <b>Sód [mg] 8,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 49</b></p>

2026-03-16 poniedziałek

1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) pasta z białek jaja kurzego 55 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )		Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g ( <b>SEL</b> )	Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 0,5 [Por] x 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 953,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 116,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 261,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 61,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 54,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 16,2 <b>Sód [mg]</b> 3,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,7
2 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Galaretka owocowa 150 g	Zupa ogórkowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) chili corn carne wp 220 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Kompot 200 ml Ryż 180 g	Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 582,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 105,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 406,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 141,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 68,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20,8 <b>Sód [mg]</b> 8,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 44
2 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) szynka drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Galaretka owocowa 150 g	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g ( <b>SEL</b> )	Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ) szynka drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 581,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 130 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 396,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 148 <b>Tłuszcz [g]</b> 61,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 15,7 <b>Sód [mg]</b> 5,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	Zupa ogórkowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g ( <b>SEL</b> ) Kasza gryczana 160 g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g ( <b>SEL</b> )	Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 213,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 124,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 291,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 47,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 69,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,8 <b>Sód [mg]</b> 8,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 51,2

2026-03-16 poniedziałek	2 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) pasta z białek jaja kurzego 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Galaretka owocowa 150 g	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g ( <b>SEL</b> )	Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ) Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 571,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 125,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 400,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 152 <b>Tłuszcz [g]</b> 54,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 17,2 <b>Sód [mg]</b> 4,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 35,4
	3 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Galaretka owocowa 150 g	Zupa ogórkowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) chili corn carne wp 220 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Kalańtor pieczony 100 g Kompot 200 ml Ryż 180 g	Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) pomidor 80 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 681,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 107,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 414,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 146,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 75 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,3 <b>Sód [mg]</b> 8,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 46,7
	3 dieta latwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Galaretka owocowa 150 g	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g ( <b>SEL</b> )	Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ) szynka drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Rukola 5 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 595,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 130 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 396,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 147,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 63,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 16,8 <b>Sód [mg]</b> 5,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36
	3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) sałata 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	Zupa ogórkowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g ( <b>SEL</b> ) Kasza gryczana 160 g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Kalańtor pieczony 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g ( <b>SEL</b> )	Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) pomidor 80 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 297,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 126,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 296,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 49,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 76 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,2 <b>Sód [mg]</b> 8,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 53,4

2026-03-16 poniedziałek	3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU, MLE</b>)                  pasta z białek jaja kurzego 80 g (<b>JAJ, MLE</b>)                  Plastry z indyka pieczonego 40 g                  Plastry pieczonych warzyw 80 g (<b>SEL</b>)                  Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                  kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	Galaretka owocowa 150 g	<p>Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml                  Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g (<b>SEL</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Buraczkki puree 150 g                  Kompot 200 ml                  Sos jarzynowy 60 g (<b>SEL</b>)</p>	<p>Ser biały 60 g (<b>MLE</b>)                  Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g (<b>JAJ, MLE, SEL</b>)                  Plastry ze schabu pieczonego 60 g                  Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 788,3  <b>Białko ogółem [g]</b> 125,3  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 400,5  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 152  <b>Tłuszcz [g]</b> 70,4  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,5  <b>Sód [mg]</b> 4,7  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 35,4</p>
	4 Dieta podstawowa	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU, MLE</b>)                  Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (<b>JAJ, MLE</b>)                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  sałata 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Mandarynka 40 g</p>	Galaretka owocowa 150 g	<p>Zupa ogórkowa 300 ml (<b>MLE, SEL</b>)                  chili corn carne wp 220 g (<b>SEL</b>)                  Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100 g (<b>JAJ, GOR</b>)                  Kalańior pieczony 100 g                  Kompot 200 ml                  Ryż 180 g</p>	<p>Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>)                  Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g (<b>JAJ, MLE, SEL</b>)                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  pomidor 80 g                  Rukola 5 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 721  <b>Białko ogółem [g]</b> 107,8  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 424,7  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 156,3  <b>Tłuszcz [g]</b> 75  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,3  <b>Sód [mg]</b> 8,7  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 46,7</p>
	4 dieta łatwostrawna	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU, MLE</b>)                  Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (<b>JAJ, MLE</b>)                  szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Pomidor sparzony 80 g                  sałata 10 g                  Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                  kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Mandarynka 40 g</p>	Galaretka owocowa 150 g	<p>Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml                  Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g (<b>SEL</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100 g                  Kompot 200 ml                  Sos jarzynowy 60 g (<b>SEL</b>)</p>	<p>Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g (<b>JAJ, MLE, SEL</b>)                  Ser biały 60 g (<b>MLE</b>)                  szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Pomidor sparzony 80 g                  Rukola 5 g                  Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 635,6  <b>Białko ogółem [g]</b> 130  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 406,3  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 157,9  <b>Tłuszcz [g]</b> 63,1  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 16,8  <b>Sód [mg]</b> 5,7  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36</p>
	4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (<b>MLE</b>)                  Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (<b>JAJ, MLE</b>)                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  sałata 10 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pomarańcza 70 g</p>	<p>Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml (<b>GLU, MLE</b>)</p>	<p>Zupa ogórkowa 300 ml (<b>MLE, SEL</b>)                  Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g (<b>SEL</b>)                  Kasza gryczana 160 g                  Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100 g (<b>JAJ, GOR</b>)                  Kalańior pieczony 100 g                  Kompot bez cukru 200 ml                  Sos jarzynowy 60 g (<b>SEL</b>)</p>	<p>Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g (<b>JAJ, MLE, SEL</b>)                  Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>)                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  pomidor 80 g                  Rukola 5 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 297,3  <b>Białko ogółem [g]</b> 126,4  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 296,3  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 49,9  <b>Tłuszcz [g]</b> 76  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,2  <b>Sód [mg]</b> 8,9  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 53,4</p>

2026-03-16 poniedziałek	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Galaretka owocowa 150 g	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g ( <b>SEL</b> ) Sos jarzynowy 60 g ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 911,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 129,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 410,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 161,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 76,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 25,6 <b>Sód [mg]</b> 5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 35,5
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	Platki ryżowe na mleku roślinnym 300 g ( <b>SOJ</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Tofu plastry 60 g ( <b>SOJ</b> ) Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Galaretka owocowa 150 g	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml pulpety jaglano-warzywne b/glut 2 szt ( <b>JAJ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g ( <b>SEL</b> )	Salatka jarzynowa lekkostrawna wegańska 300 g ( <b>SOJ, SEL</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Tofu plastry 60 g ( <b>SOJ</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 655,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 80,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 400 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 143,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 80,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,9 <b>Sód [mg]</b> 4,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 52,8
2026-03-17 wtorek	1 Dieta podstawowa	Pieczony omelet z warzywami 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek kiszony 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g		Zupa brokułowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kotlet mielony wp z serem 120 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) surówka z białej rzepy 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Ryz zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет 55 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) pomidor 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 313,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 107,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 296,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 48,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 90,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,3 <b>Sód [mg]</b> 8,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 41,3
	1 dieta łatwostrawna	Pieczony omelet z warzywami 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata karbowana 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )		Zupa zacierkowa 300 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) sos pomidorowy 60 ml Kasza kuskus 180 g ( <b>GLU</b> ) Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryz zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет 55 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 232,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 110,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 291,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 40,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 67,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,1 <b>Sód [mg]</b> 5,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,5

2026-03-17 wtorek

1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Pieczony omlet z warzywami 100 g (<b>JAJ, MLE, SEL</b>)                  wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek kiszony 40 g                  sałata karbowana 10 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g                  Herbata 200 g</p>	<p>Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g (<b>GLU, MLE</b>)</p>	<p>Zupa brokułowa 300 ml (<b>MLE, SEL</b>)                  Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>)                  sos pomidorowy 60 ml                  Kasza bulgur 160 g (<b>GLU</b>)                  surówka z białej rzepy 100 g                  Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 150 g (<b>MLE</b>)                  Pasztet 55 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)                  wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  pomidor 30 g                  sałata 10 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g                  Herbata 200 g                  Ogórek kiszony 40 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 504,1  <b>Białko ogółem [g]</b> 117,5  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 334,7  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 36,3  <b>Tłuszcz [g]</b> 89,6  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23  <b>Sód [mg]</b> 9,7  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 55,4</p>
1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>pasta z białek jaja kurzego 55 g (<b>JAJ, MLE</b>)                  Plastry z indyka pieczonego 40 g                  Plastry pieczonych warzyw 80 g (<b>SEL</b>)                  Margaryna porcja 1 szt                  Herbata 200 g                  Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)</p>		<p>Zupa zacierkowa 300 ml (<b>GLU, JAJ, SEL</b>)                  Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>)                  sos pomidorowy 60 ml                  Kasza kuskus 180 g (<b>GLU</b>)                  Cukinia pieczona 100 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g (<b>MLE</b>)                  Plastry ze schabu pieczonego 60 g                  Ser biały 60 g (<b>MLE</b>)                  Margaryna porcja 1 szt                  Herbata 200 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  1 623  <b>Białko ogółem [g]</b> 86,6  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 230,4  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 36,2  <b>Tłuszcz [g]</b> 33,3  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 12,2  <b>Sód [mg]</b> 2,5  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 24,8</p>
2 Dieta podstawowa	<p>Pieczony omlet z warzywami 100 g (<b>JAJ, MLE, SEL</b>)                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek kiszony 40 g                  sałata karbowana 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Jabłko 1 szt</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)</p>	<p>Zupa brokułowa 300 ml (<b>MLE, SEL</b>)                  Kotlet mielony wp z serem 120 g (<b>GLU, JAJ</b>)                  surówka z białej rzepy 100 g                  Kompot 200 ml                  Ziemniaki gotowane 200 g</p>	<p>Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g (<b>MLE</b>)                  Pasztet 55 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  pomidor 40 g                  sałata karbowana 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Ogórek kiszony 40 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 503,3  <b>Białko ogółem [g]</b> 111,1  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 373,4  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 106  <b>Tłuszcz [g]</b> 77  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20,6  <b>Sód [mg]</b> 8,6  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 45,2</p>
2 dieta łatwostrawna	<p>Pieczony omlet z warzywami 100 g (<b>JAJ, MLE, SEL</b>)                  szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Pomidor sparzony 80 g                  sałata karbowana 10 g                  Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                  kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Banan 1 szt</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)</p>	<p>Zupa zacierkowa 300 ml (<b>GLU, JAJ, SEL</b>)                  Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>)                  sos pomidorowy 60 ml                  Kasza kuskus 180 g (<b>GLU</b>)                  Cukinia pieczona 100 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g (<b>MLE</b>)                  Pasztet 55 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)                  szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  sałata karbowana 10 g                  Pomidor sparzony 80 g                  Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 531,1  <b>Białko ogółem [g]</b> 114,1  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 406,6  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 108,8  <b>Tłuszcz [g]</b> 51,9  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 15,2  <b>Sód [mg]</b> 5,9  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 34,7</p>

2026-03-17 wtorek	2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Pieczony omelet z warzywami 100 g (<b>JAJ, MLE, SEL</b>)                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek kiszony 40 g                  sałata karbowana 10 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>)                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Jabłko 1 szt</p>	<p>Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g (<b>GLU, MLE</b>)</p>	<p>Zupa brokułowa 300 ml (<b>MLE, SEL</b>)                  Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>)                  sos pomidorowy 60 ml                  Kasza bulgur 160 g (<b>GLU</b>)                  surówka z białej rzepy 100 g                  Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 150 g (<b>MLE</b>)                  Pasztet 55 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  pomidor 40 g                  sałata karbowana 10 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>)                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Ogórek kiszony 40 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 421,4  <b>Białko ogółem [g]</b> 118,1  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 352,7  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 50,6  <b>Tłuszcz [g]</b> 72,7  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,1  <b>Sód [mg]</b> 9,6  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 58,8</p>
2026-03-17 wtorek	2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>pasta z białek jaja kurzego 80 g (<b>JAJ, MLE</b>)                  Plastry z indyka pieczonego 40 g                  Plastry pieczonych warzyw 80 g (<b>SEL</b>)                  Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                  kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Brzoskwinia 40 g</p>	<p>Koktajl z jogurtu i mango 180 ml (<b>MLE</b>)</p>	<p>Zupa zacierkowa 300 ml (<b>GLU, JAJ, SEL</b>)                  Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>)                  sos pomidorowy 60 ml                  Kasza kuskus 180 g (<b>GLU</b>)                  Cukinia pieczona 100 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g (<b>MLE</b>)                  Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Ser biały 60 g (<b>MLE</b>)                  Plastry ze schabu pieczonego 60 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 289,5  <b>Białko ogółem [g]</b> 106,2  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 368,7  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 93,7  <b>Tłuszcz [g]</b> 38,2  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 13,7  <b>Sód [mg]</b> 4,1  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,4</p>
2026-03-17 wtorek	3 Dieta podstawowa	<p>Pieczony omelet z warzywami 100 g (<b>JAJ, MLE, SEL</b>)                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek kiszony 40 g                  sałata karbowana 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Jabłko 1 szt</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)</p>	<p>Zupa brokułowa 300 ml (<b>MLE, SEL</b>)                  Kotlet mielony wp z serem 120 g (<b>GLU, JAJ</b>)                  surówka z białej rzepy 100 g                  Marchewka z groszkiem 120 g (<b>GLU, MLE</b>)                  Kompot 200 ml                  Ziemniaki gotowane 200 g</p>	<p>Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g (<b>MLE</b>)                  Pasztet 55 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  pomidor 40 g                  sałata karbowana 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Ogórek kiszony 40 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 673,3  <b>Białko ogółem [g]</b> 114,7  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 391  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 109,8  <b>Tłuszcz [g]</b> 87,3  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 27,3  <b>Sód [mg]</b> 9,2  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 49,2</p>
2026-03-17 wtorek	3 dieta łatwostrawna	<p>Pieczony omelet z warzywami 100 g (<b>JAJ, MLE, SEL</b>)                  Pomidor sparzony 80 g                  szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  sałata karbowana 10 g                  Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                  kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Banan 1 szt</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)</p>	<p>Zupa zacierkowa 300 ml (<b>GLU, JAJ, SEL</b>)                  Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>)                  Kasza kuskus 180 g (<b>GLU</b>)                  Cukinia pieczona 100 g                  Kompot 200 ml                  sos pomidorowy 60 ml</p>	<p>Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g (<b>MLE</b>)                  Pasztet 55 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)                  szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  sałata karbowana 10 g                  Pomidor sparzony 80 g                  Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 546,1  <b>Białko ogółem [g]</b> 114,1  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 406,6  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 108,9  <b>Tłuszcz [g]</b> 53,5  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 16,3  <b>Sód [mg]</b> 5,9  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 34,7</p>

2026-03-17 wtorek

3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Pieczony omelet z warzywami 100 g (<b>JAJ, MLE, SEL</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek kiszony 40 g                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  salata karbowana 10 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Jabłko 1 szt</p>	<p>Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g (<b>GLU, MLE</b>)</p>	<p>Zupa brokułowa 300 ml (<b>MLE, SEL</b>)                  Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>)                  sos pomidorowy 60 ml                  Kasza bulgur 160 g (<b>GLU</b>)                  surówka z białej rzepy 100 g                  Cukinia pieczona 100 g                  Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>Ryz brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 150 g (<b>MLE</b>)                  Paszтет 55 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  pomidor 40 g                  salata karbowana 10 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Ogórek kiszony 40 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 454,3  <b>Białko ogółem [g]</b> 119,3  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 355,5  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 52,9  <b>Tłuszcz [g]</b> 74,4  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20,2  <b>Sód [mg]</b> 9,6  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 60,7</p>
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>jogurt 100 1 szt (<b>MLE</b>)                  pasta z białek jaja kurzego 80 g (<b>JAJ, MLE</b>)                  Plastry z indyka pieczonego 40 g                  Plastry pieczonych warzyw 80 g (<b>SEL</b>)                  Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                  kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Brzoskwinia 40 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)</p>	<p>Zupa zacierkowa 300 ml (<b>GLU, JAJ, SEL</b>)                  Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>)                  sos pomidorowy 60 ml                  Kasza kuskus 180 g (<b>GLU</b>)                  Cukinia pieczona 100 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Ryz zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g (<b>MLE</b>)                  Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Ser biały 60 g (<b>MLE</b>)                  Plastry ze schabu pieczonego 60 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 601,1  <b>Białko ogółem [g]</b> 108,2  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 382,3  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 92  <b>Tłuszcz [g]</b> 57,9  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,8  <b>Sód [mg]</b> 4,2  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,8</p>
4 Dieta podstawowa	<p>Pieczony omelet z warzywami 100 g (<b>JAJ, MLE, SEL</b>)                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek kiszony 40 g                  salata karbowana 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Jabłko 1 szt</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)</p>	<p>Zupa brokułowa 300 ml (<b>MLE, SEL</b>)                  Kotlet mielony wp z serem 120 g (<b>GLU, JAJ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  surówka z białej rzepy 100 g                  Marchewka z groszkiem 120 g (<b>GLU, MLE</b>)                  Kompot 200 ml</p>	<p>Ryz zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g (<b>MLE</b>)                  Paszтет 55 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  pomidor 40 g                  Ogórek kiszony 40 g                  salata karbowana 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 713,3  <b>Białko ogółem [g]</b> 114,7  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 401  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 119,8  <b>Tłuszcz [g]</b> 87,3  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 27,3  <b>Sód [mg]</b> 9,2  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 49,2</p>
4 dieta łatwostrawna	<p>Pieczony omelet z warzywami 100 g (<b>JAJ, MLE, SEL</b>)                  szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Pomidor sparzony 80 g                  salata karbowana 10 g                  Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                  kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Banan 1 szt</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)</p>	<p>Zupa zacierkowa 300 ml (<b>GLU, JAJ, SEL</b>)                  Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>)                  sos pomidorowy 60 ml                  Kasza kuskus 180 g (<b>GLU</b>)                  Cukinia pieczona 100 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Ryz zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g (<b>MLE</b>)                  szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Paszтет 55 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)                  Pomidor sparzony 80 g                  salata karbowana 10 g                  Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 586  <b>Białko ogółem [g]</b> 114,1  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 416,6  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 118,8  <b>Tłuszcz [g]</b> 53,5  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 16,3  <b>Sód [mg]</b> 5,9  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 34,7</p>

2026-03-17 wtorek	4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omelet z warzywami 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek kiszony 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g ( <b>GLU, MLE</b> )	Zupa brokułowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) sos pomidorowy 60 ml Kasza bulgur 160 g ( <b>GLU</b> ) surówka z białej rzepy 100 g Cukinia pieczona 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 150 g ( <b>MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Paszтет 55 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 454,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 119,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 355,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 52,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 74,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20,2 <b>Sód [mg]</b> 9,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 60,7
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) pasta z białek jaja kurzego 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Ciasto drożdżowe 40 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> )	Zupa zacierkowa 300 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) sos pomidorowy 60 ml Kasza kuskus 180 g ( <b>GLU</b> ) Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g ( <b>MLE</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 641,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 108,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 392,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 102 <b>Tłuszcz [g]</b> 57,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,8 <b>Sód [mg]</b> 4,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,8
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	jogurt bez laktozy 1 szt ( <b>MLE</b> ) pasta wege 55 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Brzoskwinia 40 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Wafle ryżowe 40 g	Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml ( <b>SEL</b> ) Batat faszerowany komosą i warzywami 300 g ( <b>SEL</b> ) sos pomidorowy 60 ml Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 300 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 978,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 54,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 355 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 111,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 33,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 10,6 <b>Sód [mg]</b> 2,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36
	2026-03-18 środa	1 Dieta podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z natką 55 g ( <b>MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Pierogi z serem podawane z jogurtem 250 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Kompot 200 ml surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g ( <b>MLE</b> )	Pasta warzywna 80 g ( <b>SEL</b> ) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt ( <b>JAJ</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 120,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 98,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 315,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 71 <b>Tłuszcz [g]</b> 59 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 24 <b>Sód [mg]</b> 6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36,3

2026-03-18 środa

1 dieta łatwostrawna	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z natką 55 g ( <b>MLE</b> ) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )		Barszcz czerwony zabieleny 300 ml ( <b>MLE</b> ) Lazania ze szpinakiem i twarogiem lekkostrawna 300 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Dyńia pieczona 100 g Kompot 200 ml sos jogurtowy z koperkiem 60 g ( <b>MLE</b> )	Pasta warzywna 80 g ( <b>SEL</b> ) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt ( <b>JAJ</b> ) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 053,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 103,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 304,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 68,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 49,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 16,1 <b>Sód [mg]</b> 5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,6
1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z natką 55 g ( <b>MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g	Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g ( <b>MLE</b> )	Zupa pieczarkowa z makaronem razowym 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Leczo wegetariańskie z soczewicą 200 g Surówka Coleslaw 100 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Kompot bez cukru 200 ml Kasza pęczak 160 g ( <b>GLU</b> )	Pasta warzywna 80 g ( <b>SEL</b> ) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt ( <b>JAJ</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) sałata 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 968,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 75,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 290,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 40,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 65,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 13,8 <b>Sód [mg]</b> 5,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 46,7
1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu 80 g ( <b>MLE</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )		Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Risotto wegetariańskie duszone 300 g ( <b>SOJ, SEL</b> ) Kompot 200 ml	Jajko gotowane bez żółtka 0,5 szt ( <b>JAJ</b> ) Pasta warzywna 80 g ( <b>SEL</b> ) Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) Pasta warzywna 80 g ( <b>SEL</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 753,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 78,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 300,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 63,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 29,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 8,7 <b>Sód [mg]</b> 4,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 35,8
2 Dieta podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z natką 80 g ( <b>MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa pieczarkowa z makaronem 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Pierogi z serem podawane z jogurtem 250 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Kompot 200 ml surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g ( <b>MLE</b> )	Pasta warzywna 80 g ( <b>SEL</b> ) Jajko gotowane na twardo 1 szt ( <b>JAJ</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 348,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 111,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 389,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 139,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 46,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,5 <b>Sód [mg]</b> 6,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 41,1

2026-03-18 środa

2 dieta łatwostrawna	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<b>MLE</b>)                  Pasta z twarogu z natką 80 g (<b>MLE</b>)                  szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Pomidor sparzony 80 g                  sałata 10 g                  Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                  kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Banan 1 szt</p>	<p>Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt</p>	<p>Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (<b>MLE</b>)                  Lazania ze szpinakiem i twarogiem lekkostrawna 300 g (<b>GLU, MLE</b>)                  Kompot 200 ml                  Dynia pieczona 100 g                  sos jogurtowy z koperkiem 60 g (<b>MLE</b>)</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (<b>SEL</b>)                  Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>)                  szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Rukola 5 g                  Pomidor sparzony 80 g                  Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 422,8  <b>Białko ogółem [g]</b> 115,8  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 425,6  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 154,3  <b>Tłuszcz [g]</b> 35,5  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 13,4  <b>Sód [mg]</b> 5,7  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 38,4</p>
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (<b>MLE</b>)                  Pasta z twarogu z natką 80 g (<b>MLE</b>)                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  sałata 10 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>)                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pomarańcza 70 g</p>	<p>Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g (<b>MLE</b>)</p>	<p>Zupa pieczarkowa z makaronem razowym 300 ml (<b>GLU, MLE, SEL</b>)                  Leczo wegetariańskie z soczewicą 200 g                  Surówka Coleslaw 100 g (<b>JAJ, GOR</b>)                  Kompot bez cukru 200 ml                  Kasza pęczak 160 g (<b>GLU</b>)</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (<b>SEL</b>)                  Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>)                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Rukola 5 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  masło porcja 10g 1 szt (<b>MLE</b>)                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  1 932,9  <b>Białko ogółem [g]</b> 86,9  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 299,9  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 47,6  <b>Tłuszcz [g]</b> 52,7  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 11,2  <b>Sód [mg]</b> 6,1  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 48,1</p>
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<b>MLE</b>)                  Pasta z twarogu 80 g (<b>MLE</b>)                  Plastry z indyka pieczonego 40 g                  Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g                  Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                  kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p>Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt</p>	<p>Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml                  Risotto wegetariańskie duszone 300 g (<b>SOJ, SEL</b>)                  Kompot 200 ml</p>	<p>Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (<b>JAJ</b>)                  Pasta warzywna 160 g (<b>SEL</b>)                  Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pasta warzywna 160 g (<b>SEL</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 332,1  <b>Białko ogółem [g]</b> 88,3  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 415,3  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 130,9  <b>Tłuszcz [g]</b> 38,2  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 11,6  <b>Sód [mg]</b> 5,2  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 49,8</p>
3 Dieta podstawowa	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<b>MLE</b>)                  Pasta z twarogu z natką 80 g (<b>MLE</b>)                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  sałata 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pomarańcza 70 g</p>	<p>Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt</p>	<p>Zupa pieczarkowa z makaronem 300 ml (<b>GLU, MLE, SEL</b>)                  Pierogi z serem podawane z jogurtem 250 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)                  Kompot 200 ml                  surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g (<b>MLE</b>)</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (<b>SEL</b>)                  Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>)                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Rukola 5 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 363,3  <b>Białko ogółem [g]</b> 111,2  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 389,9  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 139,1  <b>Tłuszcz [g]</b> 48,2  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,7  <b>Sód [mg]</b> 6,1  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 41,1</p>

2026-03-18 środa

3 dieta łatwostrawna	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<b>MLE</b>)                  Pasta z twarogu z natką 80 g (<b>MLE</b>)                  Pomidor sparzony 80 g                  szynka drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  sałata 10 g                  Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                  kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Banan 1 szt</p>	<p>Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt</p>	<p>Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (<b>MLE</b>)                  Lazania ze szpinakiem i twarogiem lekkostrawna 300 g (<b>GLU, MLE</b>)                  Kompot 200 ml                  Dynia pieczona 100 g                  sos jogurtowy z koperkiem 60 g (<b>MLE</b>)</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (<b>SEL</b>)                  Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>)                  Pasta warzywna 80 g (<b>SEL</b>)                  Rukola 5 g                  Pomidor sparzony 80 g                  Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 440,9  <b>Białko ogółem [g]</b> 110,5  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 437,2  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 157,1  <b>Tłuszcz [g]</b> 36,2  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 14,3  <b>Sód [mg]</b> 5,3  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 43,4</p>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (<b>MLE</b>)                  Pasta z twarogu z natką 80 g (<b>MLE</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  sałata 10 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pomarańcza 70 g</p>	<p>Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g (<b>MLE</b>)</p>	<p>Zupa pieczarkowa z makaronem razowym 300 ml (<b>GLU, MLE, SEL</b>)                  Leczo wegetariańskie z soczewicą 200 g                  Surówka Coleslaw 100 g (<b>JAJ, GOR</b>)                  Kompot bez cukru 200 ml                  Kasza pęczak 160 g (<b>GLU</b>)</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (<b>SEL</b>)                  Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>)                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Rukola 5 g                  Chleb razowy 140 g (<b>GLU</b>)                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  1 947,8  <b>Białko ogółem [g]</b> 87  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 299,9  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 47,6  <b>Tłuszcz [g]</b> 54,3  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 12,3  <b>Sód [mg]</b> 6,1  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 48,1</p>
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<b>MLE</b>)                  Pasta z twarogu 80 g (<b>MLE</b>)                  Plastry z indyka pieczonego 40 g                  Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g                  Bułka wrocławska 32 g (<b>GLU</b>)                  kajzerka 1 szt (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p>Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt</p>	<p>Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml                  Risotto wegetariańskie duszone 300 g (<b>SOJ, SEL</b>)                  Kompot 200 ml                  Dynia pieczona 100 g</p>	<p>Pasta warzywna 160 g (<b>SEL</b>)                  Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (<b>JAJ</b>)                  Pasta warzywna 160 g (<b>SEL</b>)                  Bułka wrocławska 80 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 584,2  <b>Białko ogółem [g]</b> 89,8  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 423,5  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 135,3  <b>Tłuszcz [g]</b> 54,5  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,1  <b>Sód [mg]</b> 5,2  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 52,8</p>
4 Dieta podstawowa	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<b>MLE</b>)                  Pasta z twarogu z natką 80 g (<b>MLE</b>)                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  sałata 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pomarańcza 70 g</p>	<p>Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt</p>	<p>Zupa pieczarkowa z makaronem 300 ml (<b>GLU, MLE, SEL</b>)                  Pierogi z serem podawane z jogurtem 250 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)                  surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g (<b>MLE</b>)                  Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (<b>SEL</b>)                  Jajko gotowane na twardo 1 szt (<b>JAJ</b>)                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Rukola 5 g                  Pieczywo mieszane 130 g (<b>GLU</b>)                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt (<b>MLE</b>)                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 672,5  <b>Białko ogółem [g]</b> 111,4  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 400,1  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 149,3  <b>Tłuszcz [g]</b> 78  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 42,3  <b>Sód [mg]</b> 2 439,8  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 41,1</p>

2026-03-18 środa	4 dieta łatwostrawna	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z natką 80 g ( <b>MLE</b> ) szynka drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Barszcz czerwony zabieleny 300 ml ( <b>MLE</b> ) Lazania ze szpinakiem i twarogiem lekkostrawna 300 g ( <b>GLU, MLE</b> ) sos jogurtowy z koperkiem 60 g ( <b>MLE</b> ) Dyńia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g ( <b>SEL</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Jajko gotowane na twardo 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor sparzony 80 g Rukola 5 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 494,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 120 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 435,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 164,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 36,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 14,9 <b>Sód [mg]</b> 5,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 38,4
	4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z natką 80 g ( <b>MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g ( <b>MLE</b> )	Zupa pieczarkowa z makaronem razowym 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Leczo wegetariańskie z soczewicą 200 g Surówka Coleslaw 100 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Kompot bez cukru 200 ml Kasza pęczak 160 g ( <b>GLU</b> )	Pasta warzywna 80 g ( <b>SEL</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Jajko gotowane na twardo 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Rukola 5 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 947,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 87 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 299,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 47,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 54,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 12,3 <b>Sód [mg]</b> 6,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 48,1
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu 80 g ( <b>MLE</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Risotto wegetariańskie duszone 300 g ( <b>SOJ, SEL</b> ) Dyńia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 160 g ( <b>SEL</b> ) Jajko gotowane bez żółtka 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 589,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 97 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 410,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 139,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 54,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,7 <b>Sód [mg]</b> 4,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 43
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	Kasza kukurydziana na mleku roślinnym 300 ml ( <b>SOJ</b> ) 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 200 g woda szpital 1 szt	Wafle kukurydziane 40 g	Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Risotto wegetariańskie z tofu duszone 300 g ( <b>SOJ, SEL</b> ) Dyńia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 160 g ( <b>SEL</b> ) Tofu plastry 60 g ( <b>SOJ</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 299,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 76,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 330,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 93,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 65,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 17,8 <b>Sód [mg]</b> 4,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 47,3

2026-03-19 czwartek	1 Dieta podstawowa	Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g		Zupa chrzanowa 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Penne alla carbonara 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g ( <b>JAJ, GÓR</b> ) Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) pomidor 60 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 187 <b>Białko ogółem [g]</b> 105,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 273,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 29,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 79,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,5 <b>Sód [mg]</b> 11 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 35
	1 dieta łatwostrawna	Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )		Zupa krem z marchwi, cukini i selera 300 ml ( <b>SEL</b> ) Gulasz drobiowy duszony 220 g ( <b>SEL</b> ) Kasza jaglana 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 012,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 112,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 237,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 51,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 70,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 17,8 <b>Sód [mg]</b> 4,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa chrzanowa 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Gulasz drobiowy duszony 220 g ( <b>SEL</b> ) Kasza gryczana 160 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g ( <b>JAJ, GÓR</b> ) Kompot bez cukru 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) pomidor 60 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 218 <b>Białko ogółem [g]</b> 114,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 245,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 27 <b>Tłuszcz [g]</b> 94,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 24 <b>Sód [mg]</b> 6,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 48,7
	1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )		Zupa krem z marchwi, cukini i selera 300 ml ( <b>SEL</b> ) Gulasz drobiowy duszony 220 g ( <b>SEL</b> ) Kasza jaglana 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 280 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta z białek jaja kurzego 55 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Herbata 200 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 684,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 118,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 190,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 51,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 50,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 13,6 <b>Sód [mg]</b> 3,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 34

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 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Koktajl owocowy z maślanką 180 ml (MLE)	Zupa chrzanowa 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Penne alla carbonara 300 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g (JAJ, GÓR) Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (JAJ, SEL) 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 200 g woda szpital 1 szt pomidor 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 341,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 115,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 330,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 83,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 67 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,4 <b>Sód [mg]</b> 11,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 37
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 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Koktajl owocowy z maślanką 180 ml (MLE)	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml (SEL) Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Kasza jaglana 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (JAJ, SEL) 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 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 247,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 123,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 321 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 105,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 55,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 15 <b>Sód [mg]</b> 5,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 34,3
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	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 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa chrzanowa 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Kasza gryczana 160 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g (JAJ, GÓR) Kompot bez cukru 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (JAJ, SEL) 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 200 g woda szpital 1 szt pomidor 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 189,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 119,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 264,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 42 <b>Tłuszcz [g]</b> 80,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,1 <b>Sód [mg]</b> 7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 52,4
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ser biały 60 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 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 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml (SEL) Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Kasza jaglana 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 280 g (JAJ, SEL) 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 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 633,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 133,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 380,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 145,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 61,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 17,4 <b>Sód [mg]</b> 4,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 39,8

3 Dieta podstawowa	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Koktajl owocowy z maślanką 180 ml ( <b>MLE</b> )	Zupa chrzanowa 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Penne alla carbonara 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g ( <b>JAJ, GÓR</b> ) Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt pomidor 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 449,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 122,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 344 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 89,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 70,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,6 <b>Sód [mg]</b> 11,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 39,3
3 dieta łatwostrawna	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Koktajl owocowy z maślanką 180 ml ( <b>MLE</b> )	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml ( <b>SEL</b> ) Gulasz drobiowy duszony 220 g ( <b>SEL</b> ) Kasza jaglana 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) szynka drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 322,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 127,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 327,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 109,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 59,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 17,3 <b>Sód [mg]</b> 5,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 34,3
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) sałata 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa chrzanowa 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Gulasz drobiowy duszony 220 g ( <b>SEL</b> ) Kasza gryczana 160 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g ( <b>JAJ, GÓR</b> ) Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt pomidor 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 297,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 126,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 278 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 48,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 84,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,5 <b>Sód [mg]</b> 7,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 54,7
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml ( <b>SEL</b> ) Gulasz drobiowy duszony 220 g ( <b>SEL</b> ) Kasza jaglana 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 280 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) pasta z białek jaja kurzego 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Brzoskwinia 40 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 940,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 138,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 394 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 155,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 80 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 25 <b>Sód [mg]</b> 4,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 40,2

4 Dieta podstawowa	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Koktajl owocowy z maślanką 180 ml ( <b>MLE</b> )	Zupa chrzanowa 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Penne alla carbonara 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g ( <b>JAJ, GÓR</b> ) Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt pomidor 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 489,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 122,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 354 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 99,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 70,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,6 <b>Sód [mg]</b> 11,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 39,3
4 dieta łatwostrawna	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) szynka drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Koktajl owocowy z maślanką 180 ml ( <b>MLE</b> )	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml ( <b>SEL</b> ) Gulasz drobiowy duszony 220 g ( <b>SEL</b> ) Kasza jaglana 180 g Buraczkii puree 150 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) szynka drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 362,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 127,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 337,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 119,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 59,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 17,3 <b>Sód [mg]</b> 5,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 34,3
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa chrzanowa 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Gulasz drobiowy duszony 220 g ( <b>SEL</b> ) Kasza gryczana 160 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g ( <b>JAJ, GÓR</b> ) Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt pomidor 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 297,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 126,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 278 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 48,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 84,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,5 <b>Sód [mg]</b> 7,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 54,7
4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Brzoskwinia 40 g Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml ( <b>SEL</b> ) Gulasz drobiowy duszony 220 g ( <b>SEL</b> ) Kasza jaglana 180 g Buraczkii puree 150 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 280 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta z białek jaja kurzego 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 950,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 138,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 396,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 159,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 79,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 25 <b>Sód [mg]</b> 4,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 39,8

2026-03-19 czwartek	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 dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa krem z marchwi, cukini i selera 300 ml (SEL) Gulasz wegański z tofu 220 g (SOJ, SEL) Kasza jaglana 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 280 g (JAJ, SEL) Plastry z indyka pieczonego 40 g Tofu plastry 60 g (SOJ) Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 424,9 Białko ogółem [g] 111,4 Węglowodany ogółem [g] 313,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 131,7 Tłuszcz [g] 69,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 Sód [mg] 4,4 Błonnik pokarmowy [g] 47,1
	1 Dieta podstawowa Zacierka na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, 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 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g		Zupa minestrone 300 ml (SEL) Puloety rybne w sosie cytrynowym 200 g (GLU, JAJ, RYB, MLE, SEL) Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g Ziemniaki gotowane 200 g	Ser żółty 30 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (JAJ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 288,9 Białko ogółem [g] 108,9 Węglowodany ogółem [g] 330,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48,8 Tłuszcz [g] 75,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Sód [mg] 7 Błonnik pokarmowy [g] 52,5
2026-03-20 piątek	1 dieta łatwostrawna Zacierka na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU)		Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną 300 ml (MLE, SEL) surówka z marchwi i brzoskwinii 100 g (MLE) Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona 100 g (RYB) Sos z natki pietruszki 60 g (SEL)	Ser biały 60 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (JAJ) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 024,3 Białko ogółem [g] 108 Węglowodany ogółem [g] 249,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 45,5 Tłuszcz [g] 70,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Sód [mg] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów jogurt 100 1 szt (MLE) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, 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) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g	Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180 ml (GLU, MLE)	Zupa minestrone 300 ml (SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos z natki pietruszki 60 g (SEL)	Ser żółty 30 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (JAJ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 60 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 029,2 Białko ogółem [g] 100,4 Węglowodany ogółem [g] 269,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 39 Tłuszcz [g] 73,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 Sód [mg] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 51,3

2026-03-20 piątek

1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml ( <b>SEL</b> ) Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos z natki pietruszki 60 g ( <b>SEL</b> )	Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Jajko gotowane bez żółtka 0,5 szt ( <b>JAJ</b> ) Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 856,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 111,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 244,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 43,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 48,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 16,8 <b>Sód [mg]</b> 3,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,2
2 Dieta podstawowa	Paszтет 55 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> )	Biszkopty 40 g ( <b>GLU, JAJ</b> )	Zupa minestrone 300 ml ( <b>SEL</b> ) Puloety rybne w sosie cytrynowym 200 g ( <b>GLU, JAJ, RYB, MLE, SEL</b> ) Surówka z kapusty kiszonej 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g Ziemniaki gotowane 200 g	Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane na twardo 1 szt ( <b>JAJ</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) pomidor 80 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 567 <b>Białko ogółem [g]</b> 119 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 411 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 109 <b>Tłuszcz [g]</b> 67,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,9 <b>Sód [mg]</b> 7,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 54,8
2 dieta łatwostrawna	Paszтет 55 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) szynka drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> )	Biszkopty 40 g ( <b>GLU, JAJ</b> )	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) surówka z marchwi i brzoskwinii 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos z natki pietruszki 60 g ( <b>SEL</b> )	Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane na twardo 1 szt ( <b>JAJ</b> ) szynka drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Rukola 5 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 343,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 117 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 351,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 103,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 60,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 16,5 <b>Sód [mg]</b> 5,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,8
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Paszтет 55 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	Zupa minestrone 300 ml ( <b>SEL</b> ) Ryba pieczona 100 g ( <b>RYB</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos z natki pietruszki 60 g ( <b>SEL</b> )	Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane na twardo 1 szt ( <b>JAJ</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) pomidor 80 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 955,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 106,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 273,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 42,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 60,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 16,9 <b>Sód [mg]</b> 7,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 52,6

2026-03-20 piątek

2 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Wafle kukurydziane 40 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml ( <b>SEL</b> ) Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos z natki pietruszki 60 g ( <b>SEL</b> )	Ser biały 120 g ( <b>MLE</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Jajko gotowane bez żółtka 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 387,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 131,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 352,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 92 <b>Tłuszcz [g]</b> 52,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,1 <b>Sód [mg]</b> 4,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,8
3 Dieta podstawowa	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Paszтет 55 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Biszkopty 40 g ( <b>GLU, JAJ</b> )	Zupa minestrone 300 ml ( <b>SEL</b> ) Puloety rybne w sosie cytrynowym 200 g ( <b>GLU, JAJ, RYB, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Bukiet warzyw 100 g Kompot 200 ml	Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane na twardo 1 szt ( <b>JAJ</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) pomidor 80 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 498,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 110,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 375,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 108,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 73,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,3 <b>Sód [mg]</b> 7,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 52
3 dieta latwostrawna	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Paszтет 55 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Biszkopty 40 g ( <b>GLU, JAJ</b> )	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ryba pieczona 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos z natki pietruszki 60 g ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i brzoskwinii 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompot 200 ml	Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane na twardo 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Rukola 5 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 375,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 121,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 351,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 103,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 61,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18 <b>Sód [mg]</b> 5,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,8
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Paszтет 55 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	Zupa minestrone 300 ml ( <b>SEL</b> ) Ryba pieczona 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos z natki pietruszki 60 g ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml Kalafior gotowany 100 g	Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane na twardo 1 szt ( <b>JAJ</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) pomidor 80 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 043,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 108,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 279,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 43,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 67,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,4 <b>Sód [mg]</b> 8,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 55,5

2026-03-20 piątek

3 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Wafle kukurydziane 40 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml ( <b>SEL</b> ) Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos z natki pietruszki 60 g ( <b>SEL</b> )	Ser biały 120 g ( <b>MLE</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Jajko gotowane bez żółtka 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 604 <b>Białko ogółem [g]</b> 131,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 352,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 92,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 68,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 24,5 <b>Sód [mg]</b> 4,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,8
4 Dieta podstawowa	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Paszтет 55 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Biszkopty 40 g ( <b>GLU, JAJ</b> )	Zupa minestrone 300 ml ( <b>SEL</b> ) Puloety rybne w sosie cytrynowym 200 g ( <b>GLU, JAJ, RYB, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw 100 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml	Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane na twardo 1 szt ( <b>JAJ</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) pomidor 80 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 538,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 110,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 385,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 118,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 73,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,3 <b>Sód [mg]</b> 7,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 52
4 dieta latwostrawna	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Paszтет 55 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) szynka drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Biszkopty 40 g ( <b>GLU, JAJ</b> )	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ryba pieczona 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos z natki pietruszki 60 g ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i brzoskwinii 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompot 200 ml	Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Jajko gotowane na twardo 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor sparzony 80 g Rukola 5 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 415,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 121,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 361,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 113,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 61,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18 <b>Sód [mg]</b> 5,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,8
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt ( <b>MLE</b> ) Paszтет 55 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	Zupa minestrone 300 ml ( <b>SEL</b> ) Ryba pieczona 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos z natki pietruszki 60 g ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Kalańior gotowany 100 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Jajko gotowane na twardo 1 szt ( <b>JAJ</b> ) pomidor 80 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) masło porcja 10g 2 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 043,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 108,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 279,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 43,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 67,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,4 <b>Sód [mg]</b> 8,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 55,5

2026-03-20 piątek	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Bułka wrocławska 32 g ( <b>GLU</b> ) kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Wafle kukurydziane 40 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml ( <b>SEL</b> ) Ryba pieczona 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos z natki pietruszki 60 g ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i brzoskwinii 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompot 200 ml	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Ser biały 120 g ( <b>MLE</b> ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 660,1 <b>Białko ogółem [g] 131,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 365,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 104,4</b> <b>Tłuszcz [g] 68,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5</b> <b>Sód [mg] 4,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 34</b>
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	Kasza kukurydziana na mleku roślinnym 300 ml ( <b>SOJ</b> ) pasta wege 55 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Wafle kukurydziane 40 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml ( <b>SEL</b> ) Ryba pieczona 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos z natki pietruszki 60 g ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 160 g ( <b>SEL</b> ) Pierś z indyka pieczona 100 g Tofu plastry 60 g ( <b>SOJ</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 168,8 <b>Białko ogółem [g] 97,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 280,3</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 71,3</b> <b>Tłuszcz [g] 69,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1</b> <b>Sód [mg] 4,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 49</b>

## **Oznaczenia alergenów:**

- GLU* - Zboża zawierające glute,
- SKR* - Skorupiaki i pochodne,
- JAJ* - Jaja i pochodne,
- RYB* - Ryby i pochodne,
- OZI* - Orzechy ziemne i pochodne,
- SOJ* - Soja i pochodne,
- MLE* - Mleko i pochodne,
- ORZ* - Orzechy,
- SEL* - Seler i pochodne,
- GOR* - Gorczyca i produkty pochodne,
- SEZ* - Nasiona sezamu i pochodne,
- S02* - Dwutlenek siarki / siarczyny,
- ŁUB* - Łubin i produkty pochodne,
- MCK* - Mięczaki i pochodne,