

		1	2	3	5	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	SUMA
2026-02-01 niedziela	1 Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (JAJ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g		Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL) Schab w sosie chrzanowym 200 g Kasza jęczmienna 160 g (GLU) Surówka z marchwi i ogórka 100 g (GOR) Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g (SEL) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 114,7 Białko ogółem [g] 99 Węglowodany ogółem [g] 302 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 55,4 Tłuszcz [g] 62,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 Sód [mg] 2 700,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,4
	1 dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (JAJ) szynka drobiowa 2 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU)		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Pałki z kurczaka pieczone 150 g Sos jarzynowy 60 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g (SEL) Ser biały 60 g (MLE) 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] 2 064,3 Białko ogółem [g] 95,1 Węglowodany ogółem [g] 272,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 63,8 Tłuszcz [g] 66,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3 Sód [mg] 3 201,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,4
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (JAJ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL) Pałki z kurczaka pieczone 150 g Kasza pęczak 160 g (GLU) Kalafior gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Pasta warzywna 80 g (SEL) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,2 Białko ogółem [g] 90,2 Węglowodany ogółem [g] 271 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 39,3 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4 Sód [mg] 2 739,5 Błonnik pokarmowy [g] 42,6
	1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE)		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Pierś z kurczaka pieczona 100 g Sos jarzynowy 60 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml	Ser biały 60 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 922 Białko ogółem [g] 95,7 Węglowodany ogółem [g] 265,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 61,9 Tłuszcz [g] 47,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,3 Sód [mg] 3 329,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,2

2 Dieta podstawowa	<p>Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Chąłka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Kasza jęczmienna 160 g (GLU) Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL) Schab w sosie chrzanowym 200 g Surówka z marchwi i ogórka 100 g (GOR) Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (SEL) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 519,9 Białko ogółem [g] 99,5 Węglowodany ogółem [g] 401,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 152,2 Tłuszcz [g] 62,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Sód [mg] 2 792,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,2</p>
2 dieta łatwostrawna	<p>Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g</p>	<p>Chąłka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Pałki z kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (SEL) Ser biały 60 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 5 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 536,6 Białko ogółem [g] 96,6 Węglowodany ogółem [g] 394,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 158 Tłuszcz [g] 67,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 Sód [mg] 3 572,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,7</p>
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g</p>	<p>Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL) Pałki z kurczaka pieczone 150 g Kasza pęczak 160 g (GLU) Kalafior gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (SEL) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 106,8 Białko ogółem [g] 96,5 Węglowodany ogółem [g] 280,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 45,9 Tłuszcz [g] 76,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Sód [mg] 2 778,3 Błonnik pokarmowy [g] 44,1</p>
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g</p>	<p>Chąłka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Pierś z kurczaka pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL) Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Plastry ze schabu pieczonego 60 g Ser biały 60 g (MLE) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 465,7 Białko ogółem [g] 94,7 Węglowodany ogółem [g] 402,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 160,3 Tłuszcz [g] 47,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,5 Sód [mg] 3 657,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,1</p>

2026-02-01 niedziela	3 Dieta podstawowa	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Chąłka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Kasza jęczmienna 160 g (GLU) Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL) Schab w sosie chrzanowym 200 g Surówka z marchwi i ogórka 100 g (GOR) Bukiet warzyw 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (SEL) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 885,4 Białko ogółem [g] 112 Węglowodany ogółem [g] 436,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 161 Tłuszcz [g] 84 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Sód [mg] 2 869,4 Błonnik pokarmowy [g] 39,9</p>
	3 dieta łatwostrawna	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g</p>	<p>Chąłka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Pałki z kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (SEL) Ser biały 60 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 5 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 865,2 Białko ogółem [g] 106,2 Węglowodany ogółem [g] 421,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 164,3 Tłuszcz [g] 88,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5 Sód [mg] 3 630,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,8</p>
	3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g</p>	<p>Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL) Pałki z kurczaka pieczone 150 g Kasza pęczak 160 g (GLU) Kalafior gotowany 100 g Kalafior gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (SEL) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 280,3 Białko ogółem [g] 98,8 Węglowodany ogółem [g] 284,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48,2 Tłuszcz [g] 92,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5 Sód [mg] 2 801 Błonnik pokarmowy [g] 46,3</p>
	3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g</p>	<p>Chąłka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Pierś z kurczaka pieczona 100 g Sos jarzynowy 60 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Ser biały 120 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 889,7 Białko ogółem [g] 114,8 Węglowodany ogółem [g] 419,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 166,4 Tłuszcz [g] 70,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Sód [mg] 3 739 Błonnik pokarmowy [g] 26</p>

2026-02-01 niedziela

4 Dieta podstawowa	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Chąłka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL) Schab w sosie chrzanowym 200 g Kasza jęczmienna 160 g (GLU) Surówka z marchwi i ogórka 100 g (GOR) Bukiet warzyw 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (SEL) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 965,2 Białko ogółem [g] 112 Węglowodany ogółem [g] 456,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 181 Tłuszcz [g] 84 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Sód [mg] 2 869,6 Błonnik pokarmowy [g] 39,9</p>
4 dieta łatwostrawna	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g</p>	<p>Chąłka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Pałki z kurczaka pieczone 150 g Sos jarzynowy 60 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (SEL) Ser biały 60 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g Rukola 5 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 945 Białko ogółem [g] 106,2 Węglowodany ogółem [g] 441,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 184,2 Tłuszcz [g] 88,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5 Sód [mg] 3 630,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,8</p>
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g</p>	<p>Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL) Pałki z kurczaka pieczone 150 g Kasza pęczak 160 g (GLU) Kalafior gotowany 100 g Surówka z marchwi i ogórka 100 g (GOR) Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Pasta warzywna 80 g (SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 335,7 Białko ogółem [g] 97,6 Węglowodany ogółem [g] 298,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 55,4 Tłuszcz [g] 93,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,6 Sód [mg] 3 030,4 Błonnik pokarmowy [g] 45,7</p>
4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g</p>	<p>Chąłka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Pierś z kurczaka pieczona 100 g Sos jarzynowy 60 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna 160 g (SEL) Ser biały 60 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonego buraka 80 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</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 969 Białko ogółem [g] 106 Węglowodany ogółem [g] 455,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 191 Tłuszcz [g] 68,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Sód [mg] 3 878,4 Błonnik pokarmowy [g] 31</p>

2026-02-01 niedziela	Dieta dla kobiet z endometriozą.	Platki jaglane na mleku roślinnym 300 ml (SOJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta wege 55 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Brzoskwinia 40 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Placki warzywne pieczone 300 g (JAJ) Sos jarzynowy 60 g (SEL) Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 160 g (SEL) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonego buraka 80 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	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 590,8 Białko ogółem [g] 79,7 Węglowodany ogółem [g] 367,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 159,3 Tłuszcz [g] 77,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Sód [mg] 2 660,1 Błonnik pokarmowy [g] 40,9</p>
2026-02-02 poniedziałek	1 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 55 g (JAJ, MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g	Zupa meksykańska 300 ml (MLE, SEL) Kotlet pożarski smażony 100 g (GLU, JAJ) surówka z białej rzepy z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Sałatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110 g (GLU) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Herbata 200 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 261,7 Białko ogółem [g] 111,4 Węglowodany ogółem [g] 290,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 54,9 Tłuszcz [g] 79,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Sód [mg] 3 589,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,2</p>	
2026-02-02 poniedziałek	1 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 55 g (JAJ, MLE) 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 (GLU)	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml (SEL) Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Cukinia pieczona 100 g Kasza jęczmienna 160 g (GLU) Kompot 200 ml Sos pietruszkowy zabieleny 60 ml (MLE, SEL)	Sałatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110 g (GLU) Ser biały 60 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 60 g sałata karbowana 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 201,2 Białko ogółem [g] 103 Węglowodany ogółem [g] 290,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 51,5 Tłuszcz [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Sód [mg] 2 392,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,2</p>	
2026-02-02 poniedziałek	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 55 g (JAJ, MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml (GLU, MLE)	Zupa meksykańska 300 ml (MLE, SEL) Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Kasza gryczana 160 g Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml Sos pietruszkowy zabieleny 60 ml (MLE, SEL)	Sałatka z makaronu razowego z natką pietruszki i szynką 110 g (GLU) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) Herbata 200 g pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 500,4 Białko ogółem [g] 117,1 Węglowodany ogółem [g] 319,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48,5 Tłuszcz [g] 92,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 Sód [mg] 3 644,5 Błonnik pokarmowy [g] 43,4</p>

2026-02-02 poniedziałek

1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) pasta z białek jaja kurzego 80 g (JAJ, MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU)		Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml (SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Kasza jęczmienna 160 g (GLU) Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos z natki pietruszki 60 g (SEL)	Makaron ryżowy z piersią drobiową i warzywami 100 g Ser biały 60 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Margaryna porcja 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 963,2 Białko ogółem [g] 95,5 Węglowodany ogółem [g] 279,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 52,8 Tłuszcz [g] 47,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,8 Sód [mg] 1 967,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,3
2 Dieta podstawowa	Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE)	Galaretki owocowa 150 g	Zupa meksykańska 300 ml (MLE, SEL) Kotlet pożarski smażony 100 g (GLU, JAJ) surówka z białej rzepy z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Sałatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110 g (GLU) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 972,9 Białko ogółem [g] 117,5 Węglowodany ogółem [g] 461,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 203,2 Tłuszcz [g] 80,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Sód [mg] 3 668,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,7
2 dieta łatwostrawna	Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 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 Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE)	Galaretki owocowa 150 g	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml (SEL) Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Kasza jęczmienna 160 g (GLU) Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos z natki pietruszki 60 g (SEL)	Sałatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110 g (GLU) Ser biały 60 g (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	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 994,5 Białko ogółem [g] 111,3 Węglowodany ogółem [g] 485,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 198,9 Tłuszcz [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Sód [mg] 2 730,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,7
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g jogurt 100 1 szt (MLE)	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml (GLU, MLE)	Zupa meksykańska 300 ml (MLE, SEL) Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Kasza gryczana 160 g Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml Sos z natki pietruszki 60 g (SEL)	Sałatka z makaronu razowego z natką pietruszki i szynką 110 g (GLU) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 547 Białko ogółem [g] 122 Węglowodany ogółem [g] 329,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 55,7 Tłuszcz [g] 91,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 Sód [mg] 3 673,4 Błonnik pokarmowy [g] 45,2

2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) pasta z białek jaja kurzego 80 g (JAJ, MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	Galaretką owocową 150 g	<p>Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml (SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Kasza jęczmienna 160 g (GLU) Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos z natki pietruszki 60 g (SEL)</p>	<p>Makaron ryżowy z piersią drobiową i warzywami 100 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Ser biały 60 g (MLE) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 740,9 Białko ogółem [g] 100,2 Węglowodany ogółem [g] 466 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 194,1 Tłuszcz [g] 48,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,2 Sód [mg] 2 253,3 Błonnik pokarmowy [g] 24</p>
3 Dieta podstawowa	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	Galaretką owocową 150 g	<p>Zupa meksykańska 300 ml (MLE, SEL) Kotlet pożarski smażony 100 g (GLU, JAJ) surówka z białej rzepy z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Marchewka z groszkiem 120 g (GLU, MLE) Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g</p>	<p>Salatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110 g (GLU) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 277,7 Białko ogółem [g] 121,3 Węglowodany ogółem [g] 478,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 207,1 Tłuszcz [g] 105,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,8 Sód [mg] 3 910,3 Błonnik pokarmowy [g] 36,8</p>
3 dieta łatwostrawna	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 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>	Galaretką owocową 150 g	<p>Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml (SEL) Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Kasza jęczmienna 160 g (GLU) Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos pietruszkowy zabieleny 60 ml (MLE, SEL)</p>	<p>Salatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110 g (GLU) Ser biały 60 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 160,3 Białko ogółem [g] 111,6 Węglowodany ogółem [g] 485,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 199 Tłuszcz [g] 91,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 Sód [mg] 2 729,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,5</p>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml (GLU, MLE)	<p>Zupa meksykańska 300 ml (MLE, SEL) Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Kasza gryczana 160 g (JAJ, GOR) Surówka Coleslaw 100 g Cukinia pieczona 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos pietruszkowy zabieleny 60 ml (MLE, SEL)</p>	<p>Salatka z makaronu razowego z natką pietruszki i szynką 110 g (GLU) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 728,1 Białko ogółem [g] 123,5 Węglowodany ogółem [g] 332 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 57,9 Tłuszcz [g] 110,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,6 Sód [mg] 3 675,6 Błonnik pokarmowy [g] 45,9</p>

2026-02-02 poniedziałek

3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) pasta z białek jaja kurzego 80 g (JAJ, MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Galaretką owocowa 150 g	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml (SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Kasza jęczmienna 160 g (GLU) Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos z natki pietruszki 60 g (SEL)	Makaron ryżowy z piersią drobiową i warzywami 100 g Ser biały 60 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 957,8 Białko ogółem [g] 100,3 Węglowodany ogółem [g] 466 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 194,2 Tłuszcz [g] 64,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4 Woda [g] 2 289,6 Błonnik pokarmowy [g] 24
4 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Galaretką owocowa 150 g	Zupa meksykańska 300 ml (MLE, SEL) Kotlet pożarski smażony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Marchewka z groszkiem 120 g (GLU, MLE) Kompot 200 ml	Sałatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110 g (GLU) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 357,5 Białko ogółem [g] 121,3 Węglowodany ogółem [g] 498,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 227 Tłuszcz [g] 105,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,8 Sód [mg] 3 910,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,8
4 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Galaretką owocowa 150 g	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml (SEL) Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy zabielały 60 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna 160 g (GLU) Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Sałatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110 g (GLU) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ser biały 60 g (MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 240,1 Białko ogółem [g] 111,6 Węglowodany ogółem [g] 505,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 219 Tłuszcz [g] 91,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 Sód [mg] 2 729,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml (GLU, MLE)	Zupa meksykańska 300 ml (MLE, SEL) Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy zabielały 60 ml (MLE, SEL) Kasza gryczana 160 g Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Cukinia pieczona 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Sałatka z makaronu razowego z natką pietruszki i szynką 110 g (GLU) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 728,1 Białko ogółem [g] 123,5 Węglowodany ogółem [g] 332 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 57,9 Tłuszcz [g] 110,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,6 Sód [mg] 3 675,6 Błonnik pokarmowy [g] 45,9

2026-02-02 poniedziałek	4 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) pasta z białek jaja kurzego 80 g (JAJ, MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Galaretka owocowa 150 g	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml (SEL) Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos z natki pietruszki 60 g (SEL) Kasza jęczmienna 160 g (GLU) Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Makaron ryżowy z piersią drobiową i warzywami 100 g Ser biały 60 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 050,2 Białko ogółem [g] 100,3 Węglowodany ogółem [g] 492,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 213,3 Tłuszcz [g] 63,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 Sód [mg] 2 267,9 Blonnik pokarmowy [g] 23
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	Platki ryżowe na mleku roślinnym 300 g (SOJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Tofu plastry 60 g (SOJ) Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Galaretka owocowa 150 g	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml (SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Sos z natki pietruszki 60 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Makaron ryżowy z cukinią, kurczakiem i pomidorami 300 g Chleb bezglutenowy 60 g Cukier saszetka 1 szt dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 718,5 Białko ogółem [g] 79,3 Węglowodany ogółem [g] 405,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 180,2 Tłuszcz [g] 72,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Sód [mg] 1 856,8 Blonnik pokarmowy [g] 24,4
2026-02-03 wtorek	1 Dieta podstawowa	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ, MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g		Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml kurczak w sosie curry 220 g (GLU, MLE) surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g (MLE) Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL) Ryż 180 g	Galaretka warzywna z kurczakiem 140 g (JAJ, SEL) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) pomidor 30 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 157,7 Białko ogółem [g] 112,8 Węglowodany ogółem [g] 297,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 60,1 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 Sód [mg] 3 017,2 Blonnik pokarmowy [g] 32,6
	1 dieta latwostrawna	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ, MLE) 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)		Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml (MLE, SEL) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Galaretka warzywna z kurczakiem 140 g (JAJ, SEL) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) 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 (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 150 Białko ogółem [g] 120,5 Węglowodany ogółem [g] 232,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 57,3 Tłuszcz [g] 80,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Sód [mg] 2 666,4 Blonnik pokarmowy [g] 22,6

2026-02-03 wtorek

1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ, MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g</p>	<p>Jogurt z pomarańczą 180 g (GLU, MLE)</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną 300 ml (MLE, SEL) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g (SEL) Ryż brązowy 160 g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (JAJ, SEL) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasztet 55 g (GLU, JAJ, MLE) pomidory 30 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Ogórek kiszony 40 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 443,1 Białko ogółem [g] 124,7 Węglowodany ogółem [g] 292,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48,7 Tłuszcz [g] 94,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Sód [mg] 3 262,9 Błonnik pokarmowy [g] 48,2</p>
1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Jajko gotowane bez żółtka 0,5 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU)</p>		<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (SEL) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 280 g (JAJ, SEL) Plastry z indyka pieczonego 40 g Ser biały 60 g (MLE) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 974,2 Białko ogółem [g] 129,4 Węglowodany ogółem [g] 238 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 68,6 Tłuszcz [g] 50,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 Sód [mg] 2 076,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,2</p>
2 Dieta podstawowa	<p>Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g rozponka 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</p>	<p>Ciasto drożdżowe (GLU, JAJ, MLE) 40 g</p>	<p>Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml kurczak w sosie curry 220 g (GLU, MLE) surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g (MLE) Kompot 200 ml Ryż 180 g</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (JAJ, SEL) pomidor 40 g Pasztet 55 g (GLU, 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 Ogórek kiszony 40 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 667,1 Białko ogółem [g] 118,5 Węglowodany ogółem [g] 416,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 168,8 Tłuszcz [g] 66 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Sód [mg] 3 068,5 Błonnik pokarmowy [g] 35</p>
2 dieta łatwostrawna	<p>Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ, MLE) szynka drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g rozponka 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</p>	<p>Ciasto drożdżowe (GLU, JAJ, MLE) 40 g</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną 300 ml (MLE, SEL) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g (SEL) Sos jarzynowy 60 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (JAJ, SEL) Pasztet 55 g (GLU, JAJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 739 Białko ogółem [g] 128 Węglowodany ogółem [g] 377,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 157,9 Tłuszcz [g] 82,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Sód [mg] 3 040 Błonnik pokarmowy [g] 26</p>

2026-02-03 wtorek	2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g roszponka 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Jogurt z pomarańczą 180 g (GLU, MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml (MLE, SEL) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g (SEL) Ryż brązowy 160 g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	pomidor 40 g Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (JAJ, SEL) Paszтет 55 g (GLU, 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 Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 507,9 Białko ogółem [g] 127,6 Węglowodany ogółem [g] 310,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 63,4 Tłuszcz [g] 92,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Sód [mg] 3 294,3 Błonnik pokarmowy [g] 51,5
	2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) 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	Ciasto drożdżowe (GLU, JAJ, MLE) 40 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (SEL) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Galeretka warzywna z kurczakiem 280 g (JAJ, SEL) Plastry z indyka pieczonego 40 g Ser biały 60 g (MLE) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 639,2 Białko ogółem [g] 139,3 Węglowodany ogółem [g] 384,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 170,6 Tłuszcz [g] 54,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4 Sód [mg] 2 409,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,8
	3 Dieta podstawowa	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g roszponka 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	Ciasto drożdżowe (GLU, JAJ, MLE) 40 g	Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml kurczak w sosie curry 220 g (GLU, MLE) surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g (MLE) Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot 200 ml Ryż 180 g	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (JAJ, SEL) pomidor 40 g Paszтет 55 g (GLU, 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 Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 850 Białko ogółem [g] 120,9 Węglowodany ogółem [g] 423,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 170,9 Tłuszcz [g] 82,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 Sód [mg] 3 075,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,3
	3 dieta łatwostrawna	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) roszponka 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 40 g	Ciasto drożdżowe (GLU, JAJ, MLE) 40 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml (MLE, SEL) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Salatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (JAJ, SEL) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 888,6 Białko ogółem [g] 128,2 Węglowodany ogółem [g] 377,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 158 Tłuszcz [g] 99,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,1 Sód [mg] 3 041,8 Błonnik pokarmowy [g] 26

2026-02-03 wtorek

3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) roszonek 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt</p>	<p>Jogurt z pomarańczą 180 g (GLU, MLE)</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną 300 ml (MLE, SEL) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g (SEL) Ryż brązowy 160 g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (JAJ, SEL) pomidor 40 g Pasztet 55 g (GLU, 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 Ogórek kiszony 40 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 690,7 Białko ogółem [g] 129,9 Węglowodany ogółem [g] 317,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 65,6 Tłuszcz [g] 109,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,8 Sód [mg] 3 301,2 Błonnik pokarmowy [g] 53,9</p>
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>jogurt 100 1 szt (MLE) Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) 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 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe (GLU, JAJ, MLE) 40 g</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (SEL) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 280 g (JAJ, SEL) Ser biały 60 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 916,1 Białko ogółem [g] 143,6 Węglowodany ogółem [g] 391,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 175 Tłuszcz [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Sód [mg] 2 508,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,8</p>
4 Dieta podstawowa	<p>Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g roszonek 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt</p>	<p>Ciasto drożdżowe (GLU, JAJ, MLE) 40 g</p>	<p>Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml kurczak w sosie curry 220 g (GLU, MLE) Ryż 180 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g (MLE) Kompot 200 ml</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (JAJ, SEL) Pasztet 55 g (GLU, JAJ, MLE) Ryż 180 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 929,8 Białko ogółem [g] 120,9 Węglowodany ogółem [g] 443,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 190,8 Tłuszcz [g] 82,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 Sód [mg] 3 075,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,3</p>
4 dieta łatwostrawna	<p>Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ, MLE) szynka drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g roszonek 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe (GLU, JAJ, MLE) 40 g</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną 300 ml (MLE, SEL) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g (SEL) Sos jarzynowy 60 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (JAJ, SEL) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasztet 55 g (GLU, JAJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 968,4 Białko ogółem [g] 128,2 Węglowodany ogółem [g] 397,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 177,9 Tłuszcz [g] 99,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,1 Sód [mg] 3 042 Błonnik pokarmowy [g] 26</p>

2026-02-03 wtorek	4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g (JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g roszponka 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Jogurt z pomarańczą 180 g (GLU, MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną 300 ml (MLE, SEL) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g (SEL) Sos jarzynowy 60 g (SEL) Ryż brązowy 160 g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100 g (JAJ, GOR) Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g (JAJ, SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) Ogórek kiszony 40 g sałata karbowana 10 g pomidor 40 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 690,7 Białko ogółem [g] 129,9 Węglowodany ogółem [g] 317,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 65,6 Tłuszcz [g] 109,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,8 Sód [mg] 3 301,2 Błonnik pokarmowy [g] 53,9
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt (MLE) Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Brzoskwinia 40 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Ciasto drożdżowe (GLU, JAJ, MLE) 40 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (SEL) Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g (SEL) Sos jarzynowy 60 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 280 g (JAJ, SEL) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Ser biały 60 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 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] 2 995,9 Białko ogółem [g] 143,6 Węglowodany ogółem [g] 411,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 194,9 Tłuszcz [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Sód [mg] 2 509,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,8
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	serek wiejski b/laktozy 1 szt (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Tofu plastry 60 g (SOJ) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (SEL) Batał faszerowany komosą i warzywami 300 g (SEL) Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Galeretka warzywna z kurczakiem 280 g (JAJ, SEL) Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta wege 55 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] 2 627,8 Białko ogółem [g] 116,3 Węglowodany ogółem [g] 355,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 203,8 Tłuszcz [g] 71,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Sód [mg] 2 463,8 Błonnik pokarmowy [g] 41,3
	2026-02-04 środa	1 Dieta podstawowa	Zacierka na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Ser żółty 30 g (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	Kapuśniak ze słodkiej kapusty 300 ml (SEL) Lazania warzywna 300 g (GLU, MLE) Kompot 200 ml Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR)	Pasta warzywna 55 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (JAJ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 60 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 214,6 Białko ogółem [g] 87,5 Węglowodany ogółem [g] 320,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 56,5 Tłuszcz [g] 72,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 Sód [mg] 2 473,6 Błonnik pokarmowy [g] 32

2026-02-04 środa

1 dieta łatwostrawna	Zacierka na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Ser biały 60 g (MLE) 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)		Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (MLE, SEL) Pierogi z serem podawane z jogurtem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 55 g (SEL) 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] 2 343,9 Białko ogółem [g] 106,2 Węglowodany ogółem [g] 317,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 87,9 Tłuszcz [g] 70,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Sód [mg] 2 747,8 Błonnik pokarmowy [g] 15,3
1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 30 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g (GLU, MLE)	Kapuśniak ze słodkiej kapusty 300 ml (SEL) Pęczotto wegetariańskie 300 g (GLU, MLE) Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna 55 g (SEL) 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] 2 327,5 Białko ogółem [g] 90,6 Węglowodany ogółem [g] 312,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 42,2 Tłuszcz [g] 89,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Sód [mg] 2 998,1 Błonnik pokarmowy [g] 47,7
1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zacierka na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Brzoskwinia 40 g		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Pierogi z serem podawane z jogurtem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 160 g (SEL) Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 322,9 Białko ogółem [g] 103,8 Węglowodany ogółem [g] 334,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 98,7 Tłuszcz [g] 57,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Sód [mg] 2 798,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,2
2 Dieta podstawowa	Zacierka na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Kapuśniak ze słodkiej kapusty 300 ml (SEL) Lazania warzywna 300 g (GLU, MLE) Kompot 200 ml Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR)	Pasta warzywna 80 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g Rukola 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	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 771,1 Białko ogółem [g] 95,9 Węglowodany ogółem [g] 447,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 173,2 Tłuszcz [g] 75,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Sód [mg] 2 549,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,2

2026-02-04 środa

2 dieta łatwostrawna	Zacierka na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Ser biały 60 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wroclawska 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 Banan 1 szt Brzoskwinia 40 g	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (MLE, SEL) Pierogi z serem podawane z jogurtem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wroclawska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 095,6 Białko ogółem [g] 116,5 Węglowodany ogółem [g] 498,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 227,2 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Sód [mg] 3 106,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,6
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 Pomarańcza 70 g jogurt 100 1 szt (MLE)	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g (GLU, MLE)	Kapuśniak ze słodkiej kapusty 300 ml (SEL) Pęczotto wegetariańskie 300 g (GLU, MLE) Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna 80 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g Rukola 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 417,4 Białko ogółem [g] 97,6 Węglowodany ogółem [g] 325,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 50,4 Tłuszcz [g] 91,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 Sód [mg] 3 065,6 Błonnik pokarmowy [g] 50,7
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ser biały 60 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Bułka wroclawska 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 Zacierka na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE)	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Pierogi z serem podawane z jogurtem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 160 g (SEL) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Bułka wroclawska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 949,1 Białko ogółem [g] 115,7 Węglowodany ogółem [g] 469,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 203,6 Tłuszcz [g] 61,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Sód [mg] 2 985 Błonnik pokarmowy [g] 23,2
3 Dieta podstawowa	Zacierka na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Kapuśniak ze słodkiej kapusty 300 ml (SEL) Lazania warzywna 300 g (GLU, MLE) Kompot 200 ml Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR)	Pasta warzywna 80 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g Rukola 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	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 920,7 Białko ogółem [g] 96 Węglowodany ogółem [g] 448 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 173,2 Tłuszcz [g] 91,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,7 Sód [mg] 2 551,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,2

2026-02-04 środa

3 dieta łatwostrawna	Zacierka na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Ser biały 60 g (MLE) Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml (MLE, SEL) Pierogi z serem podawane z jogurtem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Rukola 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 236,1 Białko ogółem [g] 120,8 Węglowodany ogółem [g] 491,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 221,5 Tłuszcz [g] 90,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,3 Sód [mg] 3 011,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,2
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g (GLU, MLE)	Kapuśniak ze słodkiej kapusty 300 ml (SEL) Pęczotto wegetariańskie 300 g (GLU, MLE) Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna 80 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g Rukola 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 567 Białko ogółem [g] 97,6 Węglowodany ogółem [g] 325,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 50,4 Tłuszcz [g] 108 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,7 Sód [mg] 3 067,4 Błonnik pokarmowy [g] 50,7
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zacierka na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Ser biały 60 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinią 40 g	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Pierogi z serem podawane z jogurtem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Brzoskwinią 40 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 160 g (SEL) Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 195,6 Białko ogółem [g] 116,1 Węglowodany ogółem [g] 477,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 209,4 Tłuszcz [g] 77,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 Sód [mg] 3 023,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,5
4 Dieta podstawowa	Zacierka na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Kapuśniak ze słodkiej kapusty 300 ml (SEL) Lazania warzywna 300 g (GLU, MLE) Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g (SEL) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g Rukola 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 000,5 Białko ogółem [g] 96 Węglowodany ogółem [g] 467,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 193,2 Tłuszcz [g] 91,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,7 Sód [mg] 2 551,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,2

2026-02-04 środa

4 dieta łatwostrawna	Zacierka na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Ser biały 60 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa pomidorowa z ryżem zabielań 300 ml (MLE, SEL) Pierogi z serem podawane z jogurtem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Brzoskwini 40 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g (SEL) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Pomidor sparzony 80 g Rukola 10 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 315,9 Białko ogółem [g] 120,8 Węglowodany ogółem [g] 511,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 241,5 Tłuszcz [g] 90,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,3 Sód [mg] 3 011,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,2
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	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g (GLU, MLE)	Kapuśniak ze słodkiej kapusty 300 ml (SEL) Pęczolto wegetariańskie 300 g (GLU, MLE) Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna 80 g (SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) pomidor 80 g Rukola 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 567 Białko ogółem [g] 97,6 Węglowodany ogółem [g] 325,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 50,4 Tłuszcz [g] 108 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,7 Sód [mg] 3 067,4 Błonnik pokarmowy [g] 50,7
4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zacierka na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Ser biały 60 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwini 40 g	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Pierogi z serem podawane z jogurtem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Brzoskwini 40 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 160 g (SEL) Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 275,4 Białko ogółem [g] 116,1 Węglowodany ogółem [g] 497,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 229,3 Tłuszcz [g] 77,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 Sód [mg] 3 023,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,5
Dieta dla kobiet z endometriozą.	Płatki ryżowe na mleku roślinnym 300 g (SOJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta wege 55 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwini 40 g Cukier saszetka 1 szt	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) Placki bananowe b/glut lekkostrawne 300 g (JAJ, SOJ) Wiśnie w żelu 25 g Brzoskwini 40 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 160 g (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 Cukier saszetka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 644,4 Białko ogółem [g] 77,1 Węglowodany ogółem [g] 399,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 199,3 Tłuszcz [g] 68,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 Sód [mg] 2 412,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,3

2026-02-05 czwartek	1 Dieta podstawowa	Pasta z twarogu z koperkiem 55 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek kiszony 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g	Zupa jarzynowa 300 ml (MLE, SEL) Wątróbka drobiowa z jabłkiem i cebulą 150 g (GLU) Surówka z pora 100 g (JAJ, GOR) Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Leniwe z cukrem 110 g (GLU, JAJ, MLE) Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g (JAJ, MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Herbata 200 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 015,4 Białko ogółem [g] 104,1 Węglowodany ogółem [g] 271,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 63,7 Tłuszcz [g] 62,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2 Sód [mg] 2 856,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,9	
	1 dieta łatwostrawna	Pasta z twarogu z koperkiem 55 g (MLE) 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)	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml (SEL) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ryż 180 g Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Leniwe z cukrem 110 g (GLU, JAJ, MLE) Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g (JAJ, MLE) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata karbowana 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 967,9 Białko ogółem [g] 98,4 Węglowodany ogółem [g] 248 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 58,4 Tłuszcz [g] 64,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 Sód [mg] 1 639,2 Błonnik pokarmowy [g] 14,7	
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta z twarogu z koperkiem 55 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek kiszony 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa jarzynowa 300 ml (MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 150 g Kasza bulgur 160 g (GLU) Surówka z pora 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Naleśnik gryczany z serem 1 szt (JAJ, MLE) Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g (JAJ, MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Herbata 200 g Chleb razowy 140 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 136,6 Białko ogółem [g] 95,9 Węglowodany ogółem [g] 280 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48,1 Tłuszcz [g] 78,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 Sód [mg] 2 807,4 Błonnik pokarmowy [g] 38,9
	1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Pasta z twarogu 80 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Brzoskwinia 40 g		Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml (SEL) Pierś z kurczaka pieczona 100 g Ryż 180 g Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Leniwe z cukrem 110 g (GLU, JAJ, MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g pasta z białek jaja kurzego 55 g (JAJ, MLE) Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 819,2 Białko ogółem [g] 100,9 Węglowodany ogółem [g] 255,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 63,6 Tłuszcz [g] 42,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5 Sód [mg] 1 799 Błonnik pokarmowy [g] 16,2

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	biskopki 40 g (GLU, JAJ)	Zupa jarzynowa 300 ml (MLE, SEL) Wątróbka drobiowa z jabłkiem i cebulą 150 g (GLU) Surówka z pora 100 g (JAJ, GOR) Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Leniwe z cukrem 110 g (GLU, JAJ, MLE) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 785 Białko ogółem [g] 118,2 Węglowodany ogółem [g] 415,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 184,3 Tłuszcz [g] 79 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Sód [mg] 2 868,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,5
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 40 g	biskopki 40 g (GLU, JAJ)	Zupa krem z marchwi, cukini i selera 300 ml (SEL) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ryż 180 g Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Leniwe z cukrem 110 g (GLU, JAJ, MLE) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 5 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 772,1 Białko ogółem [g] 113,5 Węglowodany ogółem [g] 406,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 170 Tłuszcz [g] 80,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Sód [mg] 2 094,8 Błonnik pokarmowy [g] 17,9
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	Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa jarzynowa 300 ml (MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 150 g Surówka z pora 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml Kasza bulgur 160 g (GLU) Sos koperkowy 60 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) pomidor 80 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 345,9 Białko ogółem [g] 105,9 Węglowodany ogółem [g] 298,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 62,3 Tłuszcz [g] 90,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Sód [mg] 2 697,2 Błonnik pokarmowy [g] 42,1
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Pasta z twarogu 80 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Wafke kukurydziane 40 g	Zupa krem z marchwi, cukini i selera 300 ml (SEL) Pierś z kurczaka pieczona 100 g Ryż 180 g Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Leniwe z cukrem 110 g (GLU, JAJ, MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g pasta z białek jaja kurzego 80 g (JAJ, MLE) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 657,3 Białko ogółem [g] 122,3 Węglowodany ogółem [g] 408,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 156,8 Tłuszcz [g] 53,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 Sód [mg] 2 227,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,9

2026-02-05 czwartek

3 Dieta podstawowa	jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	biszkoty 40 g (GLU, JAJ)	Zupa jarzynowa 300 ml (MLE, SEL) Wątróbka drobiowa z jabłkiem i cebulą 150 g (GLU) Surówka z pora 100 g (JAJ, GOR) Brokuł gotowany 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Leniwe z cukrem 110 g (GLU, JAJ, MLE) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 023,8 Białko ogółem [g] 125,5 Węglowodany ogółem [g] 426,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 190,8 Tłuszcz [g] 97,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,8 Sód [mg] 2 939,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,8
3 dieta łatwostrawna	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 40 g	biszkoty 40 g (GLU, JAJ)	Zupa krem z marchwi, cukini i selera 300 ml (SEL) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ryż 180 g Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Leniwe z cukrem 110 g (GLU, JAJ, MLE) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 5 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 981,7 Białko ogółem [g] 118 Węglowodany ogółem [g] 413,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 174,3 Tłuszcz [g] 98,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,3 Sód [mg] 2 159,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,9
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa jarzynowa 300 ml (MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 150 g Surówka z pora 100 g (JAJ, GOR) Brokuł gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml Kasza bulgur 160 g (GLU) Sos koperkowy 60 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) pomidor 80 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 584,7 Białko ogółem [g] 113 Węglowodany ogółem [g] 309,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 68,8 Tłuszcz [g] 109,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Sód [mg] 2 768,1 Błonnik pokarmowy [g] 44,4
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu 80 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) 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 krem z marchwi, cukini i selera 300 ml (SEL) Pierś z kurczaka pieczona 100 g Ryż 180 g Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Leniwe z cukrem 110 g (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g pasta z białek jaja kurzego 80 g (JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 934,2 Białko ogółem [g] 126,7 Węglowodany ogółem [g] 414,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 161,2 Tłuszcz [g] 71,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Sód [mg] 2 327,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,9

4 Dieta podstawowa	jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	biszkoty 40 g (GLU, JAJ)	Zupa jarzynowa 300 ml (MLE, SEL) Wątróbka drobiowa z jabłkiem i cebulą 150 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany 100 g Surówka z pora 100 g (JAJ, GOR) Kompot 200 ml	Leniwe z cukrem 110 g (GLU, JAJ, MLE) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 103,6 Białko ogółem [g] 125,5 Węglowodany ogółem [g] 446,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 210,7 Tłuszcz [g] 97,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,8 Sód [mg] 2 940 Błonnik pokarmowy [g] 32,8
4 dieta łatwostrawna	jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	biszkoty 40 g (GLU, JAJ)	Zupa krem z marchwi, cukini i selera 300 ml (SEL) Udko z kurczaka pieczone 150 g Sos koperkowy 60 ml Ryż 180 g Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Leniwe z cukrem 110 g (GLU, JAJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g Rukola 5 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 061,5 Białko ogółem [g] 118 Węglowodany ogółem [g] 433 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 194,3 Tłuszcz [g] 98,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,3 Sód [mg] 2 159,8 Błonnik pokarmowy [g] 17,9
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa jarzynowa 300 ml (MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 150 g Sos koperkowy 60 ml Kasza bulgur 160 g (GLU) Surówka z pora 100 g (JAJ, GOR) Brokuł gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Naleśnik gryczany z serem 1 szt (JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) pomidor 80 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 584,7 Białko ogółem [g] 113 Węglowodany ogółem [g] 309,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 68,8 Tłuszcz [g] 109,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Sód [mg] 2 768,1 Błonnik pokarmowy [g] 44,4
4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt (MLE) Pasta z twarogu 80 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) 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 krem z marchwi, cukini i selera 300 ml (SEL) Pierś z kurczaka pieczona 100 g Sos koperkowy 60 ml Ryż 180 g Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Leniwe z cukrem 110 g (GLU, JAJ, MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g pasta z białek jaja kurzego 80 g (JAJ, MLE) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 952,6 Białko ogółem [g] 115 Węglowodany ogółem [g] 434,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 181,1 Tłuszcz [g] 70,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Sód [mg] 2 187,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,9

2026-02-05 czwartek	Dieta dla kobiet z endometriozą. jogurt bez laktozy 1 szt (MLE) Plastry z indyka pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Tofu plastry 60 g (SOJ) 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	Wafle kukurydziane 40 g	Zupa krem z marchwi, cukini i selera 300 ml (SEL) Risotto wegetariańskie z tofu duszone 300 g (SOJ, SEL) Dyńka pieczona 100 g Kompot 200 ml	Naleśnik bezglutenowy z jabłkiem 2 szt (JAJ, SOJ) 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] 2 409,7 Białko ogółem [g] 58,1 Węglowodany ogółem [g] 341,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 152,9 Tłuszcz [g] 76,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 Sód [mg] 1 278,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
2026-02-06 piątek	1 Dieta podstawowa Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 30 g Ogórek plastry 40 g roszponka 5 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g		Zupa grochowa 300 ml (SEL) Ryba na szpinaku 100 g (GLU, JAJ, RYB) Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 60 g sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 199,7 Białko ogółem [g] 103,6 Węglowodany ogółem [g] 271,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 46 Tłuszcz [g] 84,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Sód [mg] 2 998,9 Błonnik pokarmowy [g] 29
2026-02-06 piątek	1 dieta łatwostrawna Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (JAJ) szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g roszponka 5 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU)		Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (MLE) Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g (RYB, SEL) surówka z selera, marchwi i brzoskwini 100 g (MLE, SEL) Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) Ser biały 60 g (MLE) 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] 1 953,6 Białko ogółem [g] 91 Węglowodany ogółem [g] 239,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 58,6 Tłuszcz [g] 70,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 Sód [mg] 2 611,1 Błonnik pokarmowy [g] 17,3
2026-02-06 piątek	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 30 g Ogórek plastry 40 g roszponka 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g jogurt 100 1 szt (MLE)	Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180 ml (GLU, MLE)	Zupa grochowa 300 ml (SEL) Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g (RYB, SEL) Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 60 g sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Chleb razowy 140 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 118,4 Białko ogółem [g] 101,7 Węglowodany ogółem [g] 257 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 44,4 Tłuszcz [g] 84,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Sód [mg] 3 394,4 Błonnik pokarmowy [g] 39,7

2026-02-06 piątek

1 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane bez żółtka 0,5 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonego buraka 80 g Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU)		Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g (RYB, SEL) Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Ser biały 120 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Plastry pieczonego buraka 80 g Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 986,3 Białko ogółem [g] 101,5 Węglowodany ogółem [g] 247,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 64 Tłuszcz [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 Sód [mg] 2 574,2 Błonnik pokarmowy [g] 18,5
2 Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g roszponka 5 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 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa grochowa 300 ml (SEL) Ryba na szpinaku 100 g (GLU, JAJ, RYB) Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g	Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 874,5 Białko ogółem [g] 107,9 Węglowodany ogółem [g] 443 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 191,9 Tłuszcz [g] 83,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Sód [mg] 3 024,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,6
2 dieta latwostrawna	Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g roszponka 5 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	Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (MLE) Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g (RYB, SEL) surówka z selera, marchwi i brzoskwinii 100 g (MLE, SEL) Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 660,3 Białko ogółem [g] 88,8 Węglowodany ogółem [g] 429 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 201 Tłuszcz [g] 70,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 Sód [mg] 2 947,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,4
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g roszponka 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt jogurt 100 1 szt (MLE)	Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180 ml (GLU, MLE)	Zupa grochowa 300 ml (SEL) Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g (RYB, SEL) Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g	Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 158,5 Białko ogółem [g] 104,5 Węglowodany ogółem [g] 271,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 52,5 Tłuszcz [g] 82,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 Sód [mg] 3 374,9 Błonnik pokarmowy [g] 43,4

2026-02-06 piątek

2 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonego buraka 80 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	Kisiel owocowy 180 ml	Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g (RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Plastry z indyka pieczonego 40 g Ser biały 120 g (MLE) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Plastry pieczonego buraka 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 582,7 Białko ogółem [g] 99,6 Węglowodany ogółem [g] 427,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 202,2 Tłuszcz [g] 48,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 Sód [mg] 2 643,7 Błonnik pokarmowy [g] 22
3 Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g roszponka 5 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 Mandarynka 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa grochowa 300 ml (SEL) Ryba na szpinaku 100 g (GLU, JAJ, RYB) Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g	Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 024,1 Białko ogółem [g] 108,1 Węglowodany ogółem [g] 443,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 192,1 Tłuszcz [g] 99,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,9 Sód [mg] 3 026,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,6
3 dieta latwostrawna	Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) roszponka 5 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	Kisiel owocowy 180 ml	Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (MLE) Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g (RYB, SEL) surówka z selera, marchwi i brzoskwinii 100 g (MLE, SEL) Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) Ser biały 60 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 881,3 Białko ogółem [g] 100,4 Węglowodany ogółem [g] 431,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 203 Tłuszcz [g] 89,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,2 Sód [mg] 2 838,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,4
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) roszponka 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180 ml (GLU, MLE)	Zupa grochowa 300 ml (SEL) Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g (RYB, SEL) Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g	Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 308,1 Białko ogółem [g] 104,6 Węglowodany ogółem [g] 271,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 52,5 Tłuszcz [g] 98,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Sód [mg] 3 376,7 Błonnik pokarmowy [g] 43,4

2026-02-06 piątek

3 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonego buraka 80 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g (RYB, SEL) Marchewka mini gotowana 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot 200 ml	Ser biały 120 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Plastry pieczonego buraka 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 799,5 Białko ogółem [g] 99,7 Węglowodany ogółem [g] 428,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 202,3 Tłuszcz [g] 64,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Sód [mg] 2 680 Błonnik pokarmowy [g] 22
4 Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g roszponka 5 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa grochowa 300 ml (SEL) Ryba na szpinaku 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml	Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 103,9 Białko ogółem [g] 108,1 Węglowodany ogółem [g] 463,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 212,1 Tłuszcz [g] 99,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,9 Sód [mg] 3 026,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,6
4 dieta latwostrawna	Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g roszponka 5 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (MLE) Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g (RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera, marchwi i brzoskwinii 100 g (MLE, SEL) Kompot 200 ml	Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Ser biały 60 g (MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 961,1 Białko ogółem [g] 100,4 Węglowodany ogółem [g] 451,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 222,9 Tłuszcz [g] 89,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,2 Sód [mg] 2 838,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,4
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g roszponka 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180 ml (GLU, MLE)	Zupa grochowa 300 ml (SEL) Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g (RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 308,1 Białko ogółem [g] 104,6 Węglowodany ogółem [g] 271,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 52,5 Tłuszcz [g] 98,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Sód [mg] 3 376,7 Błonnik pokarmowy [g] 43,4

2026-02-06 piątek	4 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonego buraka 80 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	Kisiel owocowy 180 ml	Barszcz czerwony beznmleczny 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g (RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Ser biały 120 g (MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonego buraka 80 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] 2 879,3 Białko ogółem [g] 99,7 Węglowodany ogółem [g] 448 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 222,3 Tłuszcz [g] 64,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Sód [mg] 2 680,2 Błonnik pokarmowy [g] 22
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	Platki jaglane na mleku roślinnym 300 ml (SOJ) pasta wege 55 g Plastry z indyka pieczonego 40 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 Cukier saszetka 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Barszcz czerwony beznmleczny 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g (RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Placki z mango b/glut lekkostrawne 300 g (JAJ, SOJ) Konfitura z żurawiny 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] 2 780,4 Białko ogółem [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 420,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 208,5 Tłuszcz [g] 75,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Sód [mg] 1 965,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,2
2026-02-07 sobota	1 Dieta podstawowa	Pieczony omlet z warzywami 100 g (JAJ, MLE, SEL) 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 gulaszowa 300 ml (MLE, SEL) Kotlet schabowy smażony 120 g (GLU, JAJ) surówka z marchwi z chrzanem 100 g (JAJ, GOR) Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Ser żółty 30 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Herbata 200 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 196,1 Białko ogółem [g] 112,6 Węglowodany ogółem [g] 282 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 61,2 Tłuszcz [g] 72,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Sód [mg] 2 995,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	1 dieta latwostrawna	Pieczony omlet z warzywami 100 g (JAJ, MLE, SEL) 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)		Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Kasza jaglana 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g szynka drobiowa 2 40 g sałata karbowana 10 g Ser biały 60 g (MLE) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 197,9 Białko ogółem [g] 93,7 Węglowodany ogółem [g] 282,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 74,4 Tłuszcz [g] 77,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Sód [mg] 1 866,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,3

2026-02-07 sobota

1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Pieczony omelet z warzywami 100 g (JAJ, MLE, SEL) 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</p>	<p>Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g (GLU, MLE)</p>	<p>Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Kasza gryczana 160 g surówka z marchwi z chrzanem 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 150 g (MLE) sałata karbowana 10 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g Herbata 200 g Ser żółty 30 g (MLE) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 181,4 Białko ogółem [g] 99,7 Węglowodany ogółem [g] 255,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 46,3 Tłuszcz [g] 93,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Sód [mg] 2 345,9 Błonnik pokarmowy [g] 41,1</p>
1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU)</p>		<p>Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Kasza jaglana 180 g Buraczkę puree 150 g Kompot 200 ml</p>	<p>Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g (MLE) Ser biały 60 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 939,4 Białko ogółem [g] 81,2 Węglowodany ogółem [g] 259,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 62,4 Tłuszcz [g] 58,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 Sód [mg] 1 592,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,8</p>
2 Dieta podstawowa	<p>Pieczony omelet z warzywami 100 g (JAJ, MLE, SEL) 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</p>	<p>Koktajl owocowy z maślanką 180 ml (MLE)</p>	<p>Zupa gulaszowa 300 ml (MLE, SEL) Kotle schabowy smażony 120 g (GLU, JAJ) surówka z marchwi z chrzanem 100 g (JAJ, GOR) Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g</p>	<p>Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 706,7 Białko ogółem [g] 119,3 Węglowodany ogółem [g] 405,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 177,5 Tłuszcz [g] 72,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Sód [mg] 3 061,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,6</p>
2 dieta łatwostrawna	<p>Pieczony omelet z warzywami 100 g (JAJ, MLE, SEL) 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</p>	<p>Koktajl owocowy z maślanką 180 ml (MLE)</p>	<p>Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Kasza jaglana 180 g Buraczkę puree 150 g Kompot 200 ml</p>	<p>Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Ser biały 60 g (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</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 752,8 Białko ogółem [g] 102,1 Węglowodany ogółem [g] 422,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 182,6 Tłuszcz [g] 77,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26 Sód [mg] 2 217,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,1</p>

2026-02-07 sobota	2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omelet z warzywami 100 g (JAJ, MLE, SEL) 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	Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g (GLU, MLE)	Zupa gulaszowa 300 ml (MLE, SEL) Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Kasza gryczana 160 g surówka z marchwi z chrzanem 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 150 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 578,1 Białko ogółem [g] 119,6 Węglowodany ogółem [g] 337,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 62,2 Tłuszcz [g] 94,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 Sód [mg] 3 284,3 Błonnik pokarmowy [g] 55,8
	2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Koktajl owocowy z maślanką 180 ml (MLE)	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Kasza jaglana 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g (MLE) Ser biały 60 g (MLE) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 530,4 Białko ogółem [g] 91,1 Węglowodany ogółem [g] 391,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 164,7 Tłuszcz [g] 61,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 Sód [mg] 1 917,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,6
	3 Dieta podstawowa	Pieczony omelet z warzywami 100 g (JAJ, MLE, SEL) 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	Koktajl owocowy z maślanką 180 ml (MLE)	Zupa gulaszowa 300 ml (MLE, SEL) Kotlet schabowy smażony 120 g (GLU, JAJ) surówka z marchwi z chrzanem 100 g (JAJ, GOR) Kalafior gotowany 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 880,3 Białko ogółem [g] 121,6 Węglowodany ogółem [g] 410,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 179,8 Tłuszcz [g] 89,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,8 Sód [mg] 3 084,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,8
	3 dieta łatwostrawna	Pieczony omelet z warzywami 100 g (JAJ, MLE, SEL) 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 40 g	Koktajl owocowy z maślanką 180 ml (MLE)	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Kasza jaglana 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Ser biały 60 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 902,4 Białko ogółem [g] 102,3 Węglowodany ogółem [g] 422,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 182,7 Tłuszcz [g] 93,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 Sód [mg] 2 219,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,1

2026-02-07 sobota

3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Pieczony omelet z warzywami 100 g (JAJ, MLE, SEL) 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>	<p>Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g (GLU, MLE)</p>	<p>Zupa gulaszowa 300 ml (MLE, SEL) Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Kasza gryczana 160 g surówka z marchwi z chrzanem 100 g (JAJ, GOR) Kalafior gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 150 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 751,6 Białko ogółem [g] 121,8 Węglowodany ogółem [g] 342 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 64,5 Tłuszcz [g] 111,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,5 Sód [mg] 3 307,1 Błonnik pokarmowy [g] 58</p>
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Koktajl owocowy z maślanką 180 ml (MLE)</p>	<p>Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Kasza jaglana 180 g Buraczkki puree 150 g Kompot 200 ml</p>	<p>Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g (MLE) Ser biały 60 g (MLE) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 747,3 Białko ogółem [g] 91,2 Węglowodany ogółem [g] 392 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 164,8 Tłuszcz [g] 77,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Sód [mg] 1 953,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,6</p>
4 Dieta podstawowa	<p>Pieczony omelet z warzywami 100 g (JAJ, MLE, SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt</p>	<p>Koktajl owocowy z maślanką 180 ml (MLE)</p>	<p>Zupa gulaszowa 300 ml (MLE, SEL) Kotlet schabowy smażony 120 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi z chrzanem 100 g (JAJ, GOR) Kalafior gotowany 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 960,1 Białko ogółem [g] 121,6 Węglowodany ogółem [g] 430,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 199,8 Tłuszcz [g] 89,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,8 Sód [mg] 3 084,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,8</p>
4 dieta łatwostrawna	<p>Pieczony omelet z warzywami 100 g (JAJ, MLE, SEL) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g</p>	<p>Koktajl owocowy z maślanką 180 ml (MLE)</p>	<p>Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Kasza jaglana 180 g Buraczkki puree 150 g Kompot 200 ml</p>	<p>Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ser biały 60 g (MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 982,2 Białko ogółem [g] 102,3 Węglowodany ogółem [g] 442,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 202,7 Tłuszcz [g] 93,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 Sód [mg] 2 219,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,1</p>

2026-02-07 sobota	4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omelet z warzywami 100 g (JAJ, MLE, SEL) 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 Jabłko 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g (GLU, MLE)	Zupa gulaszowa 300 ml (MLE, SEL) Gulasz drobiowy duszony 220 g (SEL) Kasza gryczana 160 g surówka z marchwi z chrzanem 100 g (JAJ, GOR) Kalafior gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 150 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 751,6 Białko ogółem [g] 121,8 Węglowodany ogółem [g] 342 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 64,5 Tłuszcz [g] 111,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,5 Sód [mg] 3 307,1 Błonnik pokarmowy [g] 58
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Koktajl owocowy z maślanką 180 ml (MLE)	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Gulasz węgierski z tofu 220 g (SEL) Kasza jaglana 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g (MLE) Ser biały 60 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 827,1 Białko ogółem [g] 91,2 Węglowodany ogółem [g] 412 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 184,7 Tłuszcz [g] 77,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Sód [mg] 1 953,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,6
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	jogurt bez laktozy 1 szt (MLE) 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 Cukier saszetka 1 szt	Mus z jabłka i brzoskwiń 180 ml	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Gulasz węgierski z tofu 220 g (SOJ, SEL) Kasza jaglana 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 300 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] 2 645,2 Białko ogółem [g] 60 Węglowodany ogółem [g] 427,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 197 Tłuszcz [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 Sód [mg] 1 424,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,9
	2026-02-08 niedziela	1 Dieta podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (JAJ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g	Zupa szczawiowa z jajkiem 400 ml (JAJ, MLE, SEL) Eskalopki drobiowe w sosie musztardowym 200 g (MLE, GOR) Kasza jęczmienna 160 g (GLU) Surówka z białej kapusty 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g pomidor 30 g Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 277,3 Białko ogółem [g] 98,7 Węglowodany ogółem [g] 314,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 61,3 Tłuszcz [g] 77,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 Sód [mg] 2 770,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,8

2026-02-08 niedziela

1 dieta łatwostrawna	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (JAJ) szynka drobiowa 2 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU)		Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś z kurczaka pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) Ser biały 60 g (MLE) 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] 1 920,6 Białko ogółem [g] 93,2 Węglowodany ogółem [g] 267,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 59,1 Tłuszcz [g] 55 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5 Sód [mg] 2 444,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Jajko gotowane na twardo 0,5 szt (JAJ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa szczawiowa z jajkiem 400 ml (JAJ, MLE, SEL) Pierś z kurczaka pieczona 100 g Kasza pęczak 160 g (GLU) Surówka z białej kapusty 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g pomidor 30 g Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 035,8 Białko ogółem [g] 88,8 Węglowodany ogółem [g] 263,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 39,5 Tłuszcz [g] 78 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 Sód [mg] 3 041,2 Błonnik pokarmowy [g] 40,4
1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE)		Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś z kurczaka pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL) Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Ser biały 60 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonego buraka 80 g Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Pasta warzywna z cukinią 160 g (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 989,5 Białko ogółem [g] 96,5 Węglowodany ogółem [g] 291,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 65,8 Tłuszcz [g] 45,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,6 Sód [mg] 2 468,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,3
2 Dieta podstawowa	Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Kasza jęczmienna 160 g (GLU) Zupa szczawiowa z jajkiem 400 ml (JAJ, MLE, SEL) Eskalopki drobiowe w sosie musztardowym 200 g (MLE, GOR) Surówka z białej kapusty 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 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 40 g Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 631,4 Białko ogółem [g] 99,3 Węglowodany ogółem [g] 398,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 153,2 Tłuszcz [g] 78,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Sód [mg] 2 749 Błonnik pokarmowy [g] 34,1

2026-02-08 niedziela

2 dieta łatwostrawna	<p>Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś z kurczaka pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) Ser biały 60 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 491,7 Białko ogółem [g] 96,4 Węglowodany ogółem [g] 410,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 170,2 Tłuszcz [g] 57,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Sód [mg] 2 738,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,6</p>
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g</p>	<p>Zupa szczawiowa z jajkiem 400 ml (JAJ, MLE, SEL) Pierś z kurczaka pieczona 100 g Kasza pęczak 160 g (GLU) Surówka z białej kapusty 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g pomidor 40 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 161,3 Białko ogółem [g] 96,1 Węglowodany ogółem [g] 285,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48,3 Tłuszcz [g] 79,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4 Sód [mg] 3 117,9 Błonnik pokarmowy [g] 44,2</p>
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś z kurczaka pieczona 100 g Sos jarzynowy 60 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 160 g (SEL) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Ser biały 60 g (MLE) Plastry pieczonego buraka 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 479,2 Białko ogółem [g] 95,4 Węglowodany ogółem [g] 412,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 158,9 Tłuszcz [g] 46,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,1 Sód [mg] 2 680,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,4</p>
3 Dieta podstawowa	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Zupa szczawiowa z jajkiem 400 ml (JAJ, MLE, SEL) Eskalopki drobiowe w sosie musztardowym 200 g (MLE, GOR) Kasza jęczmienna 160 g (GLU) Surówka z białej kapusty 100 g Brukselka gotowana 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 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 pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 994,8 Białko ogółem [g] 113 Węglowodany ogółem [g] 433,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 164,8 Tłuszcz [g] 99,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,5 Sód [mg] 2 841,8 Błonnik pokarmowy [g] 40</p>

3 dieta łatwostrawna	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś z kurczaka pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) Ser biały 60 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 807,1 Białko ogółem [g] 105,3 Węglowodany ogółem [g] 436,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 179,1 Tłuszcz [g] 77,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 Sód [mg] 2 821,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,1</p>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g</p>	<p>Zupa szczawiowa z jajkiem 400 ml (JAJ, MLE, SEL) Pierś z kurczaka pieczona 100 g Kasza pęczak 160 g (GLU) Surówka z białej kapusty 100 g Brukselka gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 359 Białko ogółem [g] 100,8 Węglowodany ogółem [g] 294,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 51,1 Tłuszcz [g] 96,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Sód [mg] 3 129,1 Błonnik pokarmowy [g] 49,6</p>
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) 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 (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś z kurczaka pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Sos jarzynowy 60 g (SEL) Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Ser biały 60 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonego buraka 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) 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 (SEL)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 861,9 Białko ogółem [g] 104,3 Węglowodany ogółem [g] 438,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 167,9 Tłuszcz [g] 66,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Sód [mg] 2 798,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,9</p>
4 Dieta podstawowa	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Zupa szczawiowa z jajkiem 400 ml (JAJ, MLE, SEL) Eskalopki drobiowe w sosie musztardowym 200 g (MLE, GOR) Kasza jęczmienna 160 g (GLU) Surówka z białej kapusty 100 g Brukselka gotowana 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) Ser żółty 30 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 10 g pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 074,6 Białko ogółem [g] 113 Węglowodany ogółem [g] 453,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 184,7 Tłuszcz [g] 99,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,5 Sód [mg] 2 842 Błonnik pokarmowy [g] 40</p>

4 dieta łatwostrawna	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś z kurczaka pieczona 100 g Sos jarzynowy 60 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) Ser biały 60 g (MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g Rukola 10 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 886,9 Białko ogółem [g] 105,3 Węglowodany ogółem [g] 456,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 199,1 Tłuszcz [g] 77,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 Sód [mg] 2 822,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,1</p>
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g</p>	<p>Zupa szczawiowa z jajkiem 400 ml (JAJ, MLE, SEL) Pierś z kurczaka pieczona 100 g Sos jarzynowy 60 g (SEL) Kasza pęczak 160 g (GLU) Surówka z białej kapusty 100 g Brukselka gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g (SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek kiszony 40 g Rukola 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt pomidor 40 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 359 Białko ogółem [g] 100,8 Węglowodany ogółem [g] 294,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 51,1 Tłuszcz [g] 96,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Sód [mg] 3 129,1 Błonnik pokarmowy [g] 49,6</p>
4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane bez żółtka 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) 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 (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś z kurczaka pieczona 100 g Sos jarzynowy 60 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 160 g (SEL) Ser biały 60 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonego buraka 80 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</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 890,6 Białko ogółem [g] 103,6 Węglowodany ogółem [g] 446 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 185,8 Tłuszcz [g] 66,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Sód [mg] 2 761,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,7</p>
Dieta dla kobiet z endometriozą.	<p>Kasza kukurydziana na mleku roślinnym 300 ml (SOJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta wege 55 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Brzoskwinia 40 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt</p>	<p>Wafle ryżowe 40 g</p>	<p>Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml (SEL) Placki z buraka pieczone 300 g (JAJ) Sos jarzynowy 60 g (SEL) Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 160 g (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 Cukier saszetka 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 431,3 Białko ogółem [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 342,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 150 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Sód [mg] 1 484,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,9</p>

2026-02-09 poniedziałek	1 Dieta podstawowa	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 0,5 (JAJ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g	Zupa chłopska 300 ml (MLE, SEL) Kotlet mielony 100 g (GLU, JAJ) Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g (SEZ) Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Makaron z serem i brzoskwiniami 110 g (GLU, MLE) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Herbata 200 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 254,5 Białko ogółem [g] 112,3 Węglowodany ogółem [g] 257,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 54,2 Tłuszcz [g] 92,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Sód [mg] 2 855,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,2	
	1 dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 0,5 (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)	Zupa krem z białych warzyw 300 ml (GLU, MLE, SEL) Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g (GLU, JAJ) Kasza kuskus 180 g (GLU) Dyńia pieczona 100 g Kompot 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Makaron z serem i brzoskwiniami 110 g (GLU, MLE) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 60 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Herbata 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 101,1 Białko ogółem [g] 93 Węglowodany ogółem [g] 273,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 53,6 Tłuszcz [g] 71 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 Sód [mg] 2 476,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,2	
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Jajko gotowane na twardo 0,5 (JAJ) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml (GLU, MLE)	Zupa chłopska 300 ml (MLE, SEL) Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g (GLU, JAJ) Kasza bulgur 160 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g (SEZ) Kompot bez cukru 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Makaron razowy z serem i tartym jabłkiem 110 g (GLU, MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 227,1 Białko ogółem [g] 105,7 Węglowodany ogółem [g] 287 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 49,4 Tłuszcz [g] 80,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Sód [mg] 3 291,2 Błonnik pokarmowy [g] 38,9
	1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane bez żółtka 0,5 (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL)	Zupa krem z białych warzyw 300 ml (GLU, MLE, SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Dyńia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Makaron z serem i brzoskwiniami 110 g (GLU, MLE) Ser biały 0,5 [Por] x 60 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Plastry pieczonego buraka 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 780,2 Białko ogółem [g] 85,9 Węglowodany ogółem [g] 243,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 59,1 Tłuszcz [g] 50,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 Sód [mg] 1 944,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,3	

2026-02-09 poniedziałek

2 Dieta podstawowa	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Galaretką owocowa 150 g	Zupa chłopska 300 ml (MLE, SEL) Kotlet mielony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g (SEZ) Kompot 200 ml	Makaron z serem i brzoskwiniami 110 g (GLU, MLE) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 944,9 Białko ogółem [g] 119 Węglowodany ogółem [g] 419 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 196,1 Tłuszcz [g] 94,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Sód [mg] 2 944,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,4
2 dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) 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	Galaretką owocowa 150 g	Zupa krem z białych warzyw 300 ml (GLU, MLE, SEL) Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g (GLU, JAJ) sos pomidorowy 60 ml Kasza kuskus 180 g (GLU) Dyńia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Makaron z serem i brzoskwiniami 110 g (GLU, MLE) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 915,4 Białko ogółem [g] 102,6 Węglowodany ogółem [g] 466,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 199,2 Tłuszcz [g] 74 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 Sód [mg] 2 823,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,2
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml (GLU, MLE)	Zupa chłopska 300 ml (MLE, SEL) Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g (GLU, JAJ) Kasza bulgur 160 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g (SEZ) Kompot bez cukru 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Makaron razowy z serem i tartym jabłkiem 110 g (GLU, MLE) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 284,5 Białko ogółem [g] 111,7 Węglowodany ogółem [g] 292,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 53,4 Tłuszcz [g] 82,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Sód [mg] 3 328,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,8
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 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 Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL)	Galaretką owocowa 150 g	Zupa krem z białych warzyw 300 ml (GLU, MLE, SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Dyńia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Makaron z serem i brzoskwiniami 110 g (GLU, MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Plastry pieczonego buraka 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 829,4 Białko ogółem [g] 103 Węglowodany ogółem [g] 433,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 199,6 Tłuszcz [g] 71,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 Sód [mg] 2 553 Błonnik pokarmowy [g] 21,3

2026-02-09 poniedziałek

3 Dieta podstawowa	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Galaretka owocowa 150 g	Zupa chłopska 300 ml (MLE, SEL) Kotlet mielony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g (SEZ) Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Makaron z serem i brzoskwiniami 110 g (GLU, MLE) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 196,1 Białko ogółem [g] 121,3 Węglowodany ogółem [g] 443,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 217 Tłuszcz [g] 111 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,2 Sód [mg] 3 044 Błonnik pokarmowy [g] 30,5
3 dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) 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 40 g	Galaretka owocowa 150 g	Zupa krem z białych warzyw 300 ml (GLU, MLE, SEL) Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g (GLU, JAJ) sos pomidorowy 60 ml Kasza kuskus 180 g (GLU) Dyńa pieczona 100 g Kompot 200 ml	Makaron z serem i brzoskwiniami 110 g (GLU, MLE) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 5 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 064,7 Białko ogółem [g] 102,7 Węglowodany ogółem [g] 466,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 199,3 Tłuszcz [g] 90,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Sód [mg] 2 826,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml (GLU, MLE)	Zupa chłopska 300 ml (MLE, SEL) Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g (GLU, JAJ) sos pomidorowy 60 ml Kasza bulgur 160 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g (SEZ) Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Makaron razowy z serem i tartym jabłkiem 110 g (GLU, MLE) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 467,1 Białko ogółem [g] 114 Węglowodany ogółem [g] 299,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 55,5 Tłuszcz [g] 98,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,9 Sód [mg] 3 335,8 Błonnik pokarmowy [g] 42,1
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL)	Galaretka owocowa 150 g	Zupa krem z białych warzyw 300 ml (GLU, MLE, SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Dyńa pieczona 100 g Kompot 200 ml	Makaron z serem i brzoskwiniami 110 g (GLU, 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 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Plastry pieczonego buraka 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 888,3 Białko ogółem [g] 98,2 Węglowodany ogółem [g] 429,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 199,5 Tłuszcz [g] 73,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Sód [mg] 2 419,7 Błonnik pokarmowy [g] 21

2026-02-09 poniedziałek

4 Dieta podstawowa	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Galaretka owocowa 150 g	Zupa chłopska 300 ml (MLE, SEL) Kotlet mielony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g (SEZ) Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Makaron z serem i brzoskwiniami 110 g (GLU, MLE) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 80 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 275,9 Białko ogółem [g] 121,3 Węglowodany ogółem [g] 463,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 237 Tłuszcz [g] 111 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,2 Sód [mg] 3 044,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,5
4 dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Galaretka owocowa 150 g	Zupa krem z białych warzyw 300 ml (GLU, MLE, SEL) Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g (GLU, JAJ) sos pomidorowy 60 ml Kasza kuskus 180 g (GLU) Dyńia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Makaron z serem i brzoskwiniami 110 g (GLU, MLE) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g Rukola 5 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 144,5 Białko ogółem [g] 102,7 Węglowodany ogółem [g] 486,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 219,2 Tłuszcz [g] 90,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Sód [mg] 2 826,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml (GLU, MLE)	Zupa chłopska 300 ml (MLE, SEL) Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g (GLU, JAJ) sos pomidorowy 60 ml Kasza bulgur 160 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g (SEZ) Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Makaron razowy z serem i tartym jabłkiem 110 g (GLU, MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) pomidor 80 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 467,1 Białko ogółem [g] 114 Węglowodany ogółem [g] 299,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 55,5 Tłuszcz [g] 98,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,9 Sód [mg] 3 335,8 Błonnik pokarmowy [g] 42,1
4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) 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 z białych warzyw 300 ml (GLU, MLE, SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Dyńia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Makaron z serem i brzoskwiniami 110 g (GLU, MLE) Paszтет 55 g (GLU, JAJ, MLE) Plastry pieczonego buraka 80 g 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] 3 126,2 Białko ogółem [g] 103,1 Węglowodany ogółem [g] 453,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 219,6 Tłuszcz [g] 87,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Sód [mg] 2 589,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,3

2026-02-09 poniedziałek	Dieta dla kobiet z endometriozą.	Galaretka owocowa 150 g	Zupa krem z białych warzyw 300 ml (GLU, MLE, SEL) Ryba pieczona 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Placki bananowe b/glut lekkostrawne 300 g (JAJ, SOJ) Wiśnie w żelu 25 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 875,9 Białko ogółem [g] 79,9 Węglowodany ogółem [g] 433,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 212,6 Tłuszcz [g] 78 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Sód [mg] 1 607,4 Błonnik pokarmowy [g] 27
2026-02-10 wtorek	1 Dieta podstawowa		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) makaron sojowy z kurczakiem i warzywami 300 g (GLU, SOJ) marchewka po koreańsku 100 g (JAJ, GOR) Kompot 200 ml	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL) Pasta z twarogu z koperkiem 55 (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) Herbata 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 123 Białko ogółem [g] 101,5 Węglowodany ogółem [g] 267 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 60,7 Tłuszcz [g] 77,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 Sód [mg] 3 613,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,3
	1 dieta łatwostrawna		Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną 300 ml (MLE, SEL) Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL) Pasta z twarogu z koperkiem 55 (MLE) 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] 1 962,3 Białko ogółem [g] 101,1 Węglowodany ogółem [g] 237,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 60,9 Tłuszcz [g] 68,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2 Sód [mg] 2 727,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,6
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kanapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200 g (GLU, MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (MLE, SEL) Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g (SEL) Kasza pęczak 160 g (GLU) marchewka po koreańsku 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL) Pasta z twarogu z koperkiem 55 (MLE) wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) Produkt tłuszczowy do smarowania 10 g Herbata 200 g Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 507,9 Białko ogółem [g] 117,6 Węglowodany ogółem [g] 336,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 43,2 Tłuszcz [g] 87 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Sód [mg] 4 656,4 Błonnik pokarmowy [g] 53,4

2026-02-10 wtorek

1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>pasta z białek jaja kurzego 55 g (JAJ, MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL)</p>		<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (SEL) Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczkii puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 300 g (JAJ, MLE, SEL) Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Pasta z twarogu 55 (MLE) Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 679 Białko ogółem [g] 95,8 Węglowodany ogółem [g] 207,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 71,8 Tłuszcz [g] 48,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,1 Sód [mg] 2 258,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,8</p>
2 Dieta podstawowa	<p>Pieczonego omlę z warzywami 100 g (JAJ, MLE, SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt</p>	<p>Chałka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) makaron sojowy z kurczakiem i warzywami 300 g (GLU, SOJ) marchewka po koreańsku 100 g (JAJ, GOR) Kompot 200 ml</p>	<p>Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 712,8 Białko ogółem [g] 110,7 Węglowodany ogółem [g] 403,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 172,3 Tłuszcz [g] 79,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Sód [mg] 3 711,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,9</p>
2 dieta łatwostrawna	<p>Pieczonego omlę z warzywami 100 g (JAJ, MLE, SEL) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt</p>	<p>Chałka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami zabięana 300 ml (MLE, SEL) Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (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</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 593,3 Białko ogółem [g] 111,7 Węglowodany ogółem [g] 390,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 164,4 Tłuszcz [g] 70,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Sód [mg] 3 106 Błonnik pokarmowy [g] 27,5</p>
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Pieczonego omlę z warzywami 100 g (JAJ, MLE, SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt</p>	<p>Kanapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200 g (GLU, MLE)</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (MLE, SEL) Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g (SEL) Kasza pęczak 160 g (GLU) marchewka po koreańsku 100 g (JAJ, GOR) Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)</p>	<p>Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 1 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 587 Białko ogółem [g] 123,1 Węglowodany ogółem [g] 355,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 58,4 Tłuszcz [g] 85,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Sód [mg] 4 644,6 Błonnik pokarmowy [g] 56,4</p>

2026-02-10 wtorek

2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	pasta z białek jaja kurzego 80 g (JAJ, MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL)	Koktajl z jogurtu i mango 180 ml (MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (SEL) Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 300 g (JAJ, MLE, SEL) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pasta z twarogu 80 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 590,4 Białko ogółem [g] 118,9 Węglowodany ogółem [g] 397 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 180,2 Tłuszcz [g] 55,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3 Sód [mg] 2 925,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,8
3 Dieta podstawowa	Pieczony omlęt z warzywami 100 g (JAJ, MLE, SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Chlebka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) makaron sojowy z kurczakiem i warzywami 300 g (GLU, SOJ) marchewka po koreańsku 100 g (JAJ, GOR) Bukiet warzyw 100 g Kompot 200 ml	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 888,9 Białko ogółem [g] 113,6 Węglowodany ogółem [g] 408,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 173,1 Tłuszcz [g] 96,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 Sód [mg] 3 564,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,4
3 dieta łatwostrawna	Pieczony omlęt z warzywami 100 g (JAJ, MLE, SEL) Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Chlebka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną 300 ml (MLE, SEL) Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Sałata z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (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	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 742,9 Białko ogółem [g] 111,8 Węglowodany ogółem [g] 390,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 164,5 Tłuszcz [g] 86,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Sód [mg] 3 107,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omlęt z warzywami 100 g (JAJ, MLE, SEL) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Kantapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200 g (GLU, MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (MLE, SEL) Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g (SEL) Kasza pęczak 160 g (GLU) marchewka po koreańsku 100 g (JAJ, GOR) Kalafior gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 760,5 Białko ogółem [g] 125,4 Węglowodany ogółem [g] 359,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 60,7 Tłuszcz [g] 102,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,5 Sód [mg] 4 667,4 Błonnik pokarmowy [g] 58,6

2026-02-10 wtorek

3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt (MLE) pasta z białek jaja kurzego 80 g (JAJ, MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL)	Chalka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (SEL) Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 300 g (JAJ, MLE, SEL) Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Pasta z twarogu 80 g (MLE) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 939,3 Białko ogółem [g] 122 Węglowodany ogółem [g] 420,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 181,4 Tłuszcz [g] 75,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Sód [mg] 3 126 Błonnik pokarmowy [g] 39,2
4 Dieta podstawowa	Pieczony omelet z warzywami 100 g (JAJ, MLE, SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Chalka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (SOJ, SEL) makaron sojowy z kurczakiem i warzywami 300 g (GLU, SOJ) marchewka po koreańsku 100 g (JAJ, GOR) Bukiet warzyw 100 g Kompot 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 979,1 Białko ogółem [g] 113,7 Węglowodany ogółem [g] 431,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 195 Tłuszcz [g] 96,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 Sód [mg] 3 732,4 Błonnik pokarmowy [g] 40,5
4 dieta łatwostrawna	Pieczony omelet z warzywami 100 g (JAJ, MLE, SEL) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Chalka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną 300 ml (MLE, SEL) Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g (SEL) Sos jarzynowy 60 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Salatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL) szynka drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g (GLU) dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt (MLE) Cukier saszetka 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 822,7 Białko ogółem [g] 111,8 Węglowodany ogółem [g] 410,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 184,4 Tłuszcz [g] 86,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Sód [mg] 3 108 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omelet z warzywami 100 g (JAJ, MLE, SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200 g (GLU, MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (MLE, SEL) Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g (SEL) Kasza pęczak 160 g (GLU) marchewka po koreańsku 100 g (JAJ, GOR) Kalańfort gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL) wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) Ogórek kiszony 40 g pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g (GLU) masło porcja 10g 2 szt (MLE) Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 760,5 Białko ogółem [g] 125,4 Węglowodany ogółem [g] 359,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 60,7 Tłuszcz [g] 102,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,5 Sód [mg] 4 667,4 Błonnik pokarmowy [g] 58,6

2026-02-10 wtorek	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt (MLE) pasta z białek jaja kurzego 80 g (JAJ, MLE) Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL) Bułka wrocławska 32 g (GLU) kajzerka 1 szt (GLU) dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g (SEL)	Chalka drożdżowa 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (SEL) Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 300 g (JAJ, MLE, SEL) Plastry ze schabu pieczonego 60 g Pasta z twarogu 80 g (MLE) 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] 2 998,2 Białko ogółem [g] 121,1 Węglowodany ogółem [g] 435,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 198,9 Tłuszcz [g] 75 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Sód [mg] 3 044,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,3
	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 Cukier saszetka 1 szt	Wafle kukurydziane 40 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (SEL) Batał faszerowany komosą i warzywami 300 g (SEL) Buraczki puree 150 g Sos jarzynowy 60 g (SEL)	Salatka jarzynowa lekkostrawna wegańska 300 g (SOJ, SEL) Plastry z indyka pieczonego 40 g Tofu plastry 60 g (SOJ) Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 444 Białko ogółem [g] 71,9 Węglowodany ogółem [g] 343,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 153,4 Tłuszcz [g] 76,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 Sód [mg] 1 790 Błonnik pokarmowy [g] 43,5

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,