

		1	2	3	5	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	SUMA
2026-05-21 czwartek	1 Dieta podstawowa	Pasta z twarogu z koperkiem 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 15 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa ogórkowa 300 ml Pulpet dr w sosie śmietanowo-koperkowym 120 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g Kompot 200 ml Kasza pęczak 160 g	Makaron z serem i jabłkiem prażonym 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Herbata bez cukru 200 g Pieczywo mieszane 130 g Cukier saszetka 1 szt masło 82% 15 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 122,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 95 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 279,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 49,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 78,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33,2 <b>Sód [mg]</b> 2 436,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,1
	1 dieta łatwostrawna	Pasta z twarogu z koperkiem 55 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 15 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g Kasza kuskus 180 g Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos z natki pietruszki 60 g	Makaron z serem i jabłkiem prażonym 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata karbowana 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g masło 82% 15 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 891,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 90,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 253,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 53 <b>Tłuszcz [g]</b> 61,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 27,6 <b>Sód [mg]</b> 2 417,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 18,9
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta z twarogu z koperkiem 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 15 g Herbata bez cukru 200 g	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa ogórkowa 300 ml Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g Kasza pęczak 160 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos z natki pietruszki 60 g	Makaron razowy z serem i tartym jabłkiem 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Herbata bez cukru 200 g Chleb razowy 140 g masło 82% 15 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 059,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 86,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 277,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 28,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 78,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 30,8 <b>Sód [mg]</b> 2 569,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 40,5
	1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Pasta z twarogu 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Brzoskwinia 40 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml Piersz z indyka pieczona 100 g Kasza kuskus 180 g Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos z natki pietruszki 60 g	Makaron z serem i jabłkiem prażonym 110 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g pasta z białek jaja kurzego 55 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt Plastry pieczonych warzyw 80 g Margaryna porcja 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 826,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 102,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 257,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 59,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 40,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 11,9 <b>Sód [mg]</b> 2 492,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,7

2026-05-21 czwartek	2 Dieta podstawowa	Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Herbatniki 2 szt	Zupa ogórkowa 300 ml Pulpet dr w sosie śmietanowo-koperkowym 120 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g Kompot 200 ml Kasza pęczak 160 g	Makaron z serem i jabłkiem prażonym 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 501,7 <b>Białko ogółem [g] 120,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 573,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 175,2</b> <b>Tłuszcz [g] 92,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8</b> <b>Sód [mg] 3 148,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 34,2</b>
	2 dieta łatwostrawna	Pasta z twarogu z koperkiem 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g Cukier saszetka 1 szt	Herbatniki 2 szt	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g Kasza kuskus 180 g Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos z natki pietruszki 60 g	Makaron z serem i jabłkiem prażonym 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g szynka drobiowa 40 g Rukola 5 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 213 <b>Białko ogółem [g] 112,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 541</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 168,1</b> <b>Tłuszcz [g] 73,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8</b> <b>Sód [mg] 3 203,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 23,1</b>
	2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa ogórkowa 300 ml Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g Kompot bez cukru 200 ml Kasza pęczak 160 g Sos z natki pietruszki 60 g	Makaron razowy z serem i tartym jabłkiem 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 074,4 <b>Białko ogółem [g] 95,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 296,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 43,6</b> <b>Tłuszcz [g] 70,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5</b> <b>Sód [mg] 2 677,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 43,8</b>
	2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Pasta z twarogu 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 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 Pierś z indyka pieczona 100 g Kasza kuskus 180 g Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos z natki pietruszki 60 g	Makaron z serem i jabłkiem prażonym 110 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g pasta z białek jaja kurzego 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt Plastry pieczonych warzyw 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 483 <b>Białko ogółem [g] 108</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 417,3</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 103</b> <b>Tłuszcz [g] 41,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,9</b> <b>Sód [mg] 2 583,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 24,3</b>

2026-05-21 czwartek	3 Dieta podstawowa	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Herbatniki 2 szt	Zupa ogórkowa 300 ml Pulpet dr w sosie śmietanowo-koperkowym 120 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g Marchewka z groszkiem 120 g Kompot 200 ml Kasza pęczak 160 g	Makaron z serem i jabłkiem prażonym 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 748,3 <b>Białko ogółem [g] 128,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 577,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 163,3</b> <b>Tłuszcz [g] 115,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,7</b> <b>Sód [mg] 3 452,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 38,2</b>
	3 dieta łatwostrawna	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Herbatniki 2 szt	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g Kasza kuskus 180 g Dyńa pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos z natki pietruszki 60 g	Makaron z serem i jabłkiem prażonym 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g szynka drobiowa 40 g Rukola 5 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 342,8 <b>Białko ogółem [g] 117,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 527,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 152,4</b> <b>Tłuszcz [g] 91,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9</b> <b>Sód [mg] 3 268,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 23,1</b>
	3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa ogórkowa 300 ml Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g Brokuł gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml Kasza pęczak 160 g Sos z natki pietruszki 60 g	Makaron razowy z serem i tartym jabłkiem 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 313,2 <b>Białko ogółem [g] 102,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 307,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 50,1</b> <b>Tłuszcz [g] 89,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8</b> <b>Sód [mg] 2 748,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 46,1</b>
	3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Wafke kukurydziane 40 g	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml Pierś z indyka pieczona 100 g Kasza kuskus 180 g Dyńa pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos z natki pietruszki 60 g	Makaron z serem i jabłkiem prażonym 110 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 662,7 <b>Białko ogółem [g] 111,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 399,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 85,1</b> <b>Tłuszcz [g] 59,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4</b> <b>Sód [mg] 2 607,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 22,4</b>

2026-05-21 czwartek

4 Dieta podstawowa	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Herbatniki 2 szt	Zupa ogórkowa 300 ml Pulpet dr w sosie śmietanowo-koperkowym 120 g Kasza pęczak 160 g Marchewka z groszkiem 120 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g Kompot 200 ml	Makaron z serem i jabłkiem prażonym 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 828,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 128,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 597,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 183,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 115,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 43,7 <b>Sód [mg]</b> 3 452,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 38,2
4 dieta łatwostrawna	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g Cukier saszetka 1 szt	Herbatniki 2 szt	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g Sos z natki pietruszki 60 g Kasza kuskus 180 g Dyńia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Makaron z serem i jabłkiem prażonym 110 g szynka drobiowa 40 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g Pomidor sparzony 80 g Rukola 5 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 422,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 117,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 547,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 172,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 91,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,9 <b>Sód [mg]</b> 3 268,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,1
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa ogórkowa 300 ml Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g Sos z natki pietruszki 60 g Kasza pęczak 160 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g Brokuł gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Makaron razowy z serem i tartym jabłkiem 110 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g pomidor 80 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 313,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 102,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 307,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 50,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 89,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,8 <b>Sód [mg]</b> 2 748,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 46,1
4-łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Wafke kukurydziane 40 g	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml Piersz z indyka pieczona 100 g Sos z natki pietruszki 60 g Kasza kuskus 180 g Dyńia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Makaron z serem i jabłkiem prażonym 110 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g pasta z białek jaja kurzego 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 742,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 111,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 419,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 105,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 59,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,4 <b>Sód [mg]</b> 2 607,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,4

2026-05-21 czwartek	Dieta dla kobiet z endometriozą.	jogurt bez laktozy 1 szt Plastry z indyka pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Tofu plastry 60 g Chleb bezglutenowy 60 g miód porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g Cukier saszetka 1 szt	Wafke kukurydziane 40 g	Zupa krem z marchwi, cukini i selera 300 ml Pomidory faszerowane warzywami i komosą ryżową 3 szt Sos z natki pietruszki 60 g Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Naleśnik bezglutenowy z jabłkiem 2 szt Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 430 <b>Białko ogółem [g]</b> 54,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 365,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 117 <b>Tłuszcz [g]</b> 70,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,4 <b>Sód [mg]</b> 1 612,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29
2026-05-22 piątek	1 Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 30 g Ogórek plastry 40 g roszponka 5 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata 200 g masło 82% 10 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Ryba w cieście naleśnikowym smażona 100 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Pasta warzywna 80 g Ser żółty 30 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 60 g sałata 10 g masło 82% 15 g Herbata 200 g Pieczywo mieszane 130 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 079,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 87,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 276,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 37,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 74,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 27,3 <b>Sód [mg]</b> 2 577,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,2	
	1 dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml Jajko gotowane na twardo 1 szt szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g roszponka 5 g masło 82% 15 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	Zupa grysikowa 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Pasta warzywna 80 g Ser biały 60 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 15 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 936,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 86,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 251,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 57,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 67,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 26,2 <b>Sód [mg]</b> 1 978 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,2	
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 30 g Ogórek plastry 40 g roszponka 5 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g jogurt 100 1 szt	Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180 ml	Zupa pomidorowa z makaronem razowym 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Pasta warzywna 80 g Ser żółty 30 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 60 g sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Herbata bez cukru 200 g Chleb razowy 140 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 937,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 82 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 259,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 33,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 70,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,3 <b>Sód [mg]</b> 4 179,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 38,6

2026-05-22 piątek

1 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml Jajko gotowane bez żółtka 0,5 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonego buraka 80 g Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g		Zupa grysikowa 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Ser biały 60 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g Plastry pieczonego buraka 80 g Pasta warzywna 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 825 <b>Białko ogółem [g] 87,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 243</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 46,8</b> <b>Tłuszcz [g] 50,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,6</b> <b>Sód [mg] 1 901,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 21,8</b>
2 Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g roszponka 5 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Ryba w cieście naleśnikowym smażona 100 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany 100 g	Pasta warzywna 80 g Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 793,7 <b>Białko ogółem [g] 92,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 467,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 128,9</b> <b>Tłuszcz [g] 69</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6</b> <b>Sód [mg] 2 677,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 33,3</b>
2 dieta latwostrawna	Makaron na mleku 300 ml Jajko gotowane na twardo 1 szt szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g roszponka 5 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa grysikowa 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Pasta warzywna 80 g szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 464,5 <b>Białko ogółem [g] 76,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 432</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 134,7</b> <b>Tłuszcz [g] 52</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3</b> <b>Sód [mg] 2 121</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 24,1</b>
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g roszponka 5 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt jogurt 100 1 szt	Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180 ml	Zupa pomidorowa z makaronem razowym 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany 100 g	Pasta warzywna 80 g Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 956,5 <b>Białko ogółem [g] 85,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 271,1</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 41,1</b> <b>Tłuszcz [g] 67,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2</b> <b>Sód [mg] 4 212,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 42,4</b>

2026-05-22 piątek

2 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonego buraka 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa grysikowa 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Plastry z indyka pieczonego 40 g Ser biały 60 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Plastry pieczonego buraka 80 g Pasta warzywna 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 566,7 <b>Białko ogółem [g] 91</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 428,1</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 130,1</b> <b>Tłuszcz [g] 50,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,6</b> <b>Sód [mg] 2 040</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 24,3</b>
3 Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g roszponka 5 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Ryba w cieście naleśnikowym smażona 100 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany 100 g	Pasta warzywna 80 g Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 983,1 <b>Białko ogółem [g] 92,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 477,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 139</b> <b>Tłuszcz [g] 85,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5</b> <b>Sód [mg] 2 678,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 33,3</b>
3 dieta latwostrawna	Makaron na mleku 300 ml Jajko gotowane na twardo 1 szt Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g roszponka 5 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa grysikowa 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Pasta warzywna 80 g Ser biały 60 g Plastry z indyka pieczonego 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 715,8 <b>Białko ogółem [g] 86,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 444,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 146,7</b> <b>Tłuszcz [g] 69,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8</b> <b>Sód [mg] 2 011,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 24,1</b>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Jajko gotowane na twardo 1 szt papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g roszponka 5 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180 ml	Zupa pomidorowa z makaronem razowym 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany 100 g	Pasta warzywna 80 g Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 106,1 <b>Białko ogółem [g] 86,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 271,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 41,1</b> <b>Tłuszcz [g] 83,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1</b> <b>Sód [mg] 4 214,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 42,4</b>

2026-05-22 piątek

3 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonego buraka 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa grysikowa 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g Marchewka mini gotowana 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot 200 ml	Ser biały 60 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Plastry pieczonego buraka 80 g Pasta warzywna 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 783,6 <b>Białko ogółem [g] 91,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 428,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 130,3</b> <b>Tłuszcz [g] 66,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9</b> <b>Sód [mg] 2 076,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 24,3</b>
4 Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g roszponka 5 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Ryba w cieście naleśnikowym smażona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany 100 g Surówka z kapusty kiszonej 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 062,9 <b>Białko ogółem [g] 92,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 497,3</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 159</b> <b>Tłuszcz [g] 85,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5</b> <b>Sód [mg] 2 679,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 33,3</b>
4 dieta latwostrawna	Makaron na mleku 300 ml Jajko gotowane na twardo 1 szt szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g roszponka 5 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa grysikowa 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Ser biały 60 g Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 2 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 795,6 <b>Białko ogółem [g] 86,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 464,3</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 166,6</b> <b>Tłuszcz [g] 69,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8</b> <b>Sód [mg] 2 011,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 24,1</b>
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g roszponka 5 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180 ml	Zupa pomidorowa z makaronem razowym 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany 100 g Surówka z kapusty kiszonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Ser żółty 30 g pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 106,1 <b>Białko ogółem [g] 86,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 271,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 41,1</b> <b>Tłuszcz [g] 83,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1</b> <b>Sód [mg] 4 214,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 42,4</b>

2026-05-22 piątek	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonego buraka 80 g Bulka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa grysikowa 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Ser biały 60 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonego buraka 80 g Bulka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 863,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 91,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 448,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 150,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 66,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,9 <b>Sód [mg]</b> 2 076,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 24,3
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	Płatki jaglane na mleku roślinnym 300 ml pasta wege 55 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonego buraka 80 g Chleb bezglutenowy 60 g miód porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 2 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Placki z mango b/glut lekkostrawne 300 g Konfitura z żurawiny 25 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 2 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 811,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 69 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 446,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 168,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 70,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,9 <b>Sód [mg]</b> 1 552,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,4
2026-05-23 sobota	1 Dieta podstawowa	Pasta ryбно-jajeczna 80 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata 200 g masło 82% 10 g		Barszcz ukraiński 300 ml Udko w sosie BBQ pieczone 150 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot 200 ml Ryz 180 g	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Paszтет 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 30 g sałata karbowana 10 g Herbata 200 g Pieczywo mieszane 130 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 033,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 82,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 273,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 54,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 74,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,7 <b>Sód [mg]</b> 2 819 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30,8
	1 dieta łatwostrawna	Pasta ryбно-jajeczna 80 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 15 g Herbata 200 g Bulka wrocławska 80 g		Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Kasza jęczmienna 160 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g szynka drobiowa 2 40 g sałata karbowana 10 g Paszтет 55 g masło 82% 15 g Herbata 200 g Bulka wrocławska 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 950,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 85,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 238,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 57,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 74,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,1 <b>Sód [mg]</b> 2 307,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,9

2026-05-23 sobota	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta ryбно-jajeczna 80 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 15 g Herbata bez cukru 200 g	Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Kasza bulgur 160 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g sałata karbowana 10 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 30 g Herbata bez cukru 200 g Paszтет 55 g masło 82% 15 g Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 959,3 <b>Białko ogółem [g] 88,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 221,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 30,6</b> <b>Tłuszcz [g] 87,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3</b> <b>Sód [mg] 2 701,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 36,3</b>
	1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g		Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Kasza jęczmienna 160 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g Bułka wrocławska 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 813,4 <b>Białko ogółem [g] 85,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 236,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 58,2</b> <b>Tłuszcz [g] 53,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7</b> <b>Sód [mg] 1 846</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 21,1</b>
	2 Dieta podstawowa	Pasta ryбно-jajeczna 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Barszcz ukraiński 300 ml Udło w sosie BBQ pieczone 150 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot 200 ml Ryż 180 g	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Paszтет 55 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 714,1 <b>Białko ogółem [g] 89,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 441,3</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 121,3</b> <b>Tłuszcz [g] 73,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6</b> <b>Sód [mg] 2 857,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 34,3</b>
	2 dieta łatwostrawna	Pasta ryбно-jajeczna 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Kasza jęczmienna 160 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Paszтет 55 g szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 515,8 <b>Białko ogółem [g] 89,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 402,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 115,3</b> <b>Tłuszcz [g] 64,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9</b> <b>Sód [mg] 2 441,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 23,3</b>

2026-05-23 sobota

2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta ryбно-jajeczna 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 200 g	Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Kasza bulgur 160 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Herbata bez cukru 200 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Pasztet 55 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 252,1 <b>Białko ogółem [g] 98,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 312,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 47,2</b> <b>Tłuszcz [g] 78,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 24,8 <b>Sód [mg] 3 419,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 51,5
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Kasza jęczmienna 160 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Ser biały 60 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 470,7 <b>Białko ogółem [g] 90,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 392,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 110,3</b> <b>Tłuszcz [g] 55,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 14,7 <b>Sód [mg] 1 904,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21,7
3 Dieta podstawowa	Pasta ryбно-jajeczna 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Barszcz ukraiński 300 ml Udka w sosie BBQ pieczone 150 g Surówka Coleslaw 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot 200 ml Ryż 180 g	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Pasztet 55 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 976,7 <b>Białko ogółem [g] 91,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 468,3</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 143,4</b> <b>Tłuszcz [g] 90</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,6 <b>Sód [mg] 2 864,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36,6
3 dieta łatwostrawna	Pasta ryбно-jajeczna 80 g Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Kasza jęczmienna 160 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Pasztet 55 g szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 745,2 <b>Białko ogółem [g] 89,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 422,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 135,3</b> <b>Tłuszcz [g] 81,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,8 <b>Sód [mg] 2 443,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,3

2026-05-23 sobota

3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta ryбно-jajeczna 80 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Kasza bulgur 160 g Surówka Coleslaw 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Pasztet 55 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 434,9 <b>Białko ogółem [g] 100,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 319,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 49,3</b> <b>Tłuszcz [g] 95,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,9 <b>Sód [mg] 3 415,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 53,8
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Kasza jęczmienna 160 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Ser biały 60 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 687,7 <b>Białko ogółem [g] 90,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 392,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 110,5</b> <b>Tłuszcz [g] 71,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21</b> <b>Sód [mg] 1 940,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21,7
4 Dieta podstawowa	Pasta ryбно-jajeczna 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Barszcz ukraiński 300 ml Udka w sosie BBQ pieczone 150 g Ryż 180 g Surówka Coleslaw 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot 200 ml	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Pasztet 55 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 016,6 <b>Białko ogółem [g] 91,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 478,3</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 153,4</b> <b>Tłuszcz [g] 90</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,6 <b>Sód [mg] 2 864,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36,6
4 dieta łatwostrawna	Pasta ryбно-jajeczna 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Kasza jęczmienna 160 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g szynka drobiowa 40 g Pasztet 55 g Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 785,2 <b>Białko ogółem [g] 89,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 432,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 145,3</b> <b>Tłuszcz [g] 81,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,8 <b>Sód [mg] 2 443,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,3

2026-05-23 sobota	4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta ryбно-jajeczna 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Kasza bulgur 160 g Surówka Coleslaw 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Paszтет 55 g pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 434,9 <b>Białko ogółem [g] 100,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 319,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 49,3</b> <b>Tłuszcz [g] 95,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,9 <b>Sód [mg] 3 415,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 53,8
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Kasza jęczmienna 160 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 807,3 <b>Białko ogółem [g] 90,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 422,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 140,4</b> <b>Tłuszcz [g] 71,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21</b> <b>Sód [mg] 1 941,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21,7
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	jogurt bez laktozy 1 szt pasta wege 55 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Chleb bezglutenowy 60 g miód porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 2 szt	Mus z jabłka i brzoskwiń 180 ml	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Gulasz wegański z tofu 220 g Ryż 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna wegańska 300 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Tofu plastry 60 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 2 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 740,4 <b>Białko ogółem [g] 70,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 393,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 137,7</b> <b>Tłuszcz [g] 86,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20,5 <b>Sód [mg] 1 944,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,4
	2026-05-24 niedziela	1 Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g Cukier saszetka 1 szt	Zupa kalafiorowa 300 ml Bitka wp w sosie myśliwskim duszona 200 g Kasza gryczana 160 g Surówka z marchwi i ogórka 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g Ser żółty 30 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g pomidor 30 g Ogórek kiszony 40 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 142,4 <b>Białko ogółem [g] 94,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 312,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 55,2</b> <b>Tłuszcz [g] 64,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26</b> <b>Sód [mg] 2 702,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,5

2026-05-24 niedziela

1 dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g szynka drobiowa 2 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g sałata 10 g masło 82% 15 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g Sos koperkowy 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g Ser biały 60 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 15 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 034,9 <b>Białko ogółem [g] 92</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 243,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 55,4</b> <b>Tłuszcz [g] 79,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8</b> <b>Sód [mg] 1 887,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 18,5</b>
1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa kalafiorowa 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g Kasza gryczana 160 g Surówka z marchwi i ogórka 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g Ser żółty 30 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g pomidor 30 g Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 977,3 <b>Białko ogółem [g] 89,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 263,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 36,6</b> <b>Tłuszcz [g] 71,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8</b> <b>Sód [mg] 2 918,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 40,7</b>
1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g margaryna 15 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Płatki owsiane na mleku 300 ml Cukier saszetka 1 szt		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml Sos koperkowy 60 ml	Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonego buraka 80 g margaryna 15 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Pasta warzywna z cukinią 160 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 931,8 <b>Białko ogółem [g] 97,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 258,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 60,3</b> <b>Tłuszcz [g] 58,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14</b> <b>Sód [mg] 2 947,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 21,7</b>
2 Dieta podstawowa	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Ciasto drożdżowe 40 g	Kasza gryczana 160 g Zupa kalafiorowa 300 ml Bitka wp w sosie myśliwskim duszona 200 g Surówka z marchwi i ogórka 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Rukola 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 517,9 <b>Białko ogółem [g] 89,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 422,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 101,3</b> <b>Tłuszcz [g] 59,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5</b> <b>Sód [mg] 2 806,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 31,8</b>

2026-05-24 niedziela

2 dieta łatwostrawna	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g szynka drobiowa 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Ciasto drożdżowe 40 g	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g Ser biały 60 g szynka drobiowa 40 g Rukola 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 410,2 <b>Białko ogółem [g] 84,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 382,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 118,1</b> <b>Tłuszcz [g] 63,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7</b> <b>Sód [mg] 2 067,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 20</b>
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa kalafiorowa 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g Kasza gryczana 160 g Surówka z marchwi i ogórka 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Rukola 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g pomidor 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 002,7 <b>Białko ogółem [g] 91,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 274,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 43,3</b> <b>Tłuszcz [g] 69,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2</b> <b>Sód [mg] 2 968,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 42,4</b>
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Ciasto drożdżowe 40 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g Sos koperkowy 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Pasta warzywna z cukinią 160 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Ser biały 60 g Plastry pieczonego buraka 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 382,3 <b>Białko ogółem [g] 91,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 385,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 115,2</b> <b>Tłuszcz [g] 47,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,8</b> <b>Sód [mg] 3 058,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 21,1</b>
3 Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Ciasto drożdżowe 40 g	Zupa kalafiorowa 300 ml Bitka wp w sosie myśliwskim duszona 200 g Kasza gryczana 160 g Surówka z marchwi i ogórka 100 g Brukselka gotowana 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Rukola 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 928,4 <b>Białko ogółem [g] 104,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 461,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 106,1</b> <b>Tłuszcz [g] 82,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9</b> <b>Sód [mg] 2 820</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 39,3</b>

2026-05-24 niedziela

3 dieta łatwostrawna	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml                  Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g                  Plastry pieczonych warzyw 80 g                  szynka drobiowa 40 g                  sałata 10 g                  Bułka wrocławska 32 g                  kajzerka 1 szt                  miód porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Banan 1 szt</p>	Ciasto drożdżowe 40 g	<p>Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml                  Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Marchewka w kostce gotowana 100 g                  Kompot 200 ml                  Sos koperkowy 60 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g                  Ser biały 60 g                  szynka drobiowa 40 g                  Rukola 10 g                  Pomidor sparzony 80 g                  Bułka wrocławska 80 g                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 772,6  <b>Białko ogółem [g] 94,9</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 413,3</b>  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 120,3</b>  <b>Tłuszcz [g] 85,9</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36</b>  <b>Sód [mg] 2 071,4</b>  <b>Błonnik pokarmowy [g] 22</b></p>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt                  Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g                  sałata 10 g                  Chleb razowy 140 g                  masło porcja 10g 2 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pomarańcza 70 g</p>	<p>Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g</p>	<p>Zupa kalafiorowa 300 ml                  Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g                  Kasza gryczana 160 g                  Surówka z marchwi i ogórka 100 g                  Brukselka gotowana 100 g                  Kompot bez cukru 200 ml                  Sos koperkowy 60 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g                  Ser żółty 30 g                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g                  Rukola 10 g                  Chleb razowy 140 g                  masło porcja 10g 2 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  pomidor 40 g                  Ogórek kiszony 40 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 200,4  <b>Białko ogółem [g] 96,1</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 283,1</b>  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 46</b>  <b>Tłuszcz [g] 86,5</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3</b>  <b>Sód [mg] 2 979,6</b>  <b>Błonnik pokarmowy [g] 47,8</b></p>
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml                  Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g                  Plastry z indyka pieczonego 40 g                  Plastry pieczonych warzyw 80 g                  Bułka wrocławska 32 g                  kajzerka 1 szt                  miód porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 2 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Brzoskwinia 40 g</p>	Ciasto drożdżowe 40 g	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml                  Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczoną 120 g                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Sos koperkowy 60 ml                  Marchewka w kostce gotowana 100 g                  Kompot 200 ml                  Sos koperkowy 60 ml</p>	<p>Ser biały 60 g                  Plastry ze schabu pieczonego 60 g                  Plastry pieczonego buraka 80 g                  Bułka wrocławska 80 g                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 2 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pasta warzywna z cukinią 160 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 903,4  <b>Białko ogółem [g] 104,3</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 407,2</b>  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 108</b>  <b>Tłuszcz [g] 82,3</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7</b>  <b>Sód [mg] 3 136,7</b>  <b>Błonnik pokarmowy [g] 23,2</b></p>
4 Dieta podstawowa	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml                  Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  sałata 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g                  miód porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pomarańcza 70 g</p>	Ciasto drożdżowe 40 g	<p>Zupa kalafiorowa 300 ml                  Bitka wp w sosie myśliwskim duszona 200 g                  Kasza gryczana 160 g                  Surówka z marchwi i ogórka 100 g                  Brukselka gotowana 100 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g                  Ser żółty 30 g                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g                  Rukola 10 g                  pomidor 40 g                  Ogórek kiszony 40 g                  Pieczywo mieszane 130 g                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  3 008,2  <b>Białko ogółem [g] 104,5</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 481,9</b>  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 126,1</b>  <b>Tłuszcz [g] 82,5</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9</b>  <b>Sód [mg] 2 820,2</b>  <b>Błonnik pokarmowy [g] 39,3</b></p>

2026-05-24 niedziela

<p>4 dieta łatwostrawna</p> <p>Płatki owsiane na mleku 300 ml Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g szynka drobiowa 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g Sos koperkowy 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g Ser biały 60 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g Rukola 10 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 852,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 94,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 433,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 140,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 85,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 36 <b>Sód [mg]</b> 2 071,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22</p>
<p>4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>jogurt 100 1 szt Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g</p>	<p>Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g</p>	<p>Zupa kalafiorowa 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g Sos koperkowy 60 ml Kasza gryczana 160 g Surówka z marchwi i ogórka 100 g Brukselka gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Ser żółty 30 g Ogórek kiszony 40 g Rukola 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt pomidor 40 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 200,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 96,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 283,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 46 <b>Tłuszcz [g]</b> 86,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,3 <b>Sód [mg]</b> 2 979,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 47,8</p>
<p>4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>Płatki owsiane na mleku 300 ml Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g Sos koperkowy 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 160 g Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonego buraka 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 842,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 101,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 424,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 127,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 69,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,6 <b>Sód [mg]</b> 3 093,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,9</p>
<p>Dieta dla kobiet z endometriozą.</p> <p>Płatki jaglane na mleku roślinnym 300 ml Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta wege 55 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Brzoskwinia 40 g Chleb bezglutenowy 60 g miód porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt</p>	<p>Wafle ryżowe 40 g</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Placki warzywne pieczone 300 g Sos koperkowy 60 ml Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 160 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Tofu plastry 60 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 654 <b>Białko ogółem [g]</b> 73,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 397,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 98,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 73,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,3 <b>Sód [mg]</b> 2 531,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,4</p>

2026-05-25 poniedziałek	1 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu i lososia 80 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 20 g Cukier saszetka 1 szt	Zupa szczawiowa z jajkiem 300 ml Kurczak zapiekany z serem i ananasem 120 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Parówki z keczupem 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Herbata bez cukru 200 g Pieczywo mieszane 130 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 420,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 116,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 271,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 53,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 105,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,8 <b>Sód [mg]</b> 2 689,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 24,7	
	1 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu i lososia 80 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g Produkt tłuszczowy do smarowania 20 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	Zupa krem z marchwi 300 ml Udko z kurczaka pieczone 150 g Ryż 180 g Salatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Parówki z keczupem 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 55 g szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 60 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Bułka wrocławska 80 g Herbata bez cukru 200 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 277,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 106,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 260,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 55,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 94,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,9 <b>Sód [mg]</b> 2 120,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 14,9	
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu i lososia 80 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g Produkt tłuszczowy do smarowania 20 g Herbata bez cukru 200 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml	Zupa szczawiowa z jajkiem 300 ml Udko z kurczaka pieczone 150 g Ryż brązowy 160 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Parówki z keczupem 100 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 55 g pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Herbata bez cukru 200 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 259,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 107,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 263,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 40,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 98,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,4 <b>Sód [mg]</b> 2 692,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 40,1
	1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml Jajko gotowane bez żółtka 0,5 szt Plastry z indyka pieczonego 40 g Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Cukier saszetka 1 szt	Zupa krem z marchwi 300 ml Ryba pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Makaron ryżowy z cukinią, indykiem i pomidorami 100 g Ser biały 0,5 [Por] x 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Herbata bez cukru 200 g Margaryna porcja 1 szt Bułka wrocławska 80 g Plastry pieczonego buraka 80 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 929,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 90 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 268,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 70,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 49,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 11,8 <b>Sód [mg]</b> 1 934,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 18,5	

2026-05-25 poniedziałek

2 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu i lososia 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Galaretka owocowa 150 g	Zupa szczawiowa z jajkiem 300 ml Kurczak zapiekany z serem i ananasem 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g Kompot 200 ml	Parówki z keczupem 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 081,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 122,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 455,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 141,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 95,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,3 <b>Sód [mg]</b> 2 784,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 25,4
2 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu i lososia 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Galaretka owocowa 150 g	Zupa krem z marchwi 300 ml Udko z kurczaka pieczone 150 g Sos jarzynowy 60 g Ryż 180 g Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml	Parówki z keczupem 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 956,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 111,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 455,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 147,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 83,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 27 <b>Sód [mg]</b> 2 257,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 16,6
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu i lososia 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml	Zupa szczawiowa z jajkiem 300 ml Udko z kurczaka pieczone 150 g Ryż brązowy 160 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Parówki z keczupem 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 201,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 113 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 268,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 44,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 89 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,9 <b>Sód [mg]</b> 2 730,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 41,1
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu i lososia 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Plastry pieczonych warzyw 80 g	Galaretka owocowa 150 g	Zupa krem z marchwi 300 ml Ryba pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Makaron ryżowy z cukinią, indykiem i pomidorami 100 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Plastry pieczonego buraka 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 796,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 110,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 460,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 160 <b>Tłuszcz [g]</b> 56,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 12,9 <b>Sód [mg]</b> 2 054,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,2

3 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu i lososia 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Galaretka owocowa 150 g	Zupa szczawiowa z jajkiem 300 ml Kurczak zapiekany z serem i ananasem 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g Brokuł gotowany 100 g Kompot 200 ml	Parówki z keczupem 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 274,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 125,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 463,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 146,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 112,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 43,3 <b>Sód [mg]</b> 2 793 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,4
3 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu i lososia 80 g Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Galaretka owocowa 150 g	Zupa krem z marchwi 300 ml Udko z kurczaka pieczone 150 g Sos jarzynowy 60 g Ryż 180 g Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml	Parówki z keczupem 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g szynka drobiowa 40 g Rukola 5 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 105,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 111,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 455,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 147,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 100,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,9 <b>Sód [mg]</b> 2 260,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 16,6
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu i lososia 80 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml	Zupa szczawiowa z jajkiem 300 ml Udko z kurczaka pieczone 150 g Sos jarzynowy 60 g Ryż brązowy 160 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g Brokuł gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Parówki z keczupem 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 379,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 115,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 272,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 46,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 105,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 43,8 <b>Sód [mg]</b> 2 739,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 43,5
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu i lososia 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Plastry pieczonych warzyw 80 g	Galaretka owocowa 150 g	Zupa krem z marchwi 300 ml Ryba pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Makaron ryżowy z cukinią, indykiem i pomidorami 100 g Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Plastry pieczonego buraka 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 958,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 99 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 457,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 157,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 68,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,9 <b>Sód [mg]</b> 2 134,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,2

2026-05-25 poniedziałek

4 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu i lososia 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Galaretką owocowa 150 g	Zupa szczawiowa z jajkiem 300 ml Kurczak zapiekany z serem i ananasem 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g Brokuł gotowany 100 g Kompot 200 ml	Parówki z keczupem 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 354,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 125,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 483,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 166,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 112,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 43,3 <b>Sód [mg]</b> 2 793,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,4
4 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu i lososia 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Galaretką owocowa 150 g	Zupa krem z marchwi 300 ml Udko z kurczaka pieczone 150 g Sos jarzynowy 60 g Ryż 180 g Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml	Parówki z keczupem 100 g szynka drobiowa 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g Pomidor sparzony 80 g Rukola 5 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 185,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 111,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 475,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 167,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 100,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,9 <b>Sód [mg]</b> 2 260,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 16,6
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu i lososia 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml	Zupa szczawiowa z jajkiem 300 ml Udko z kurczaka pieczone 150 g Sos jarzynowy 60 g Ryż brązowy 160 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g Brokuł gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Parówki z keczupem 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g pomidor 80 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 379,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 115,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 272,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 46,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 105,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 43,8 <b>Sód [mg]</b> 2 739,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 43,5
4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu i lososia 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Galaretką owocowa 150 g	Zupa krem z marchwi 300 ml Ryba pieczona 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Makaron ryżowy z cukinią, indykiem i pomidorami 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g Plastry pieczonego buraka 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 092,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 110,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 480,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 180 <b>Tłuszcz [g]</b> 72,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,2 <b>Sód [mg]</b> 2 091,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,2

2026-05-25 poniedziałek	Dieta dla kobiet z endometriozą. Kasza kukurydziana na mleku roślinnym 300 ml Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta wege 55 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Chleb bezglutenowy 60 g miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Galaretka owocowa 150 g	Zupa krem z marchwi 300 ml Ryba pieczona 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Makaron ryżowy z cukinią, indykiem i pomidorami 300 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Tofu plastry 60 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 893,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 94 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 448,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 147,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 67,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 17,8 <b>Sód [mg]</b> 2 016 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26,5
2026-05-26 wtorek	1 Dieta podstawowa Pieczony omelet z warzywami 100 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g		Zupa meksykańska 300 ml Gulasz węgierski duszony 220 g Surówka z buraków i jabłek 100 g Kompot 200 ml Kasza pęczak 160 g	Naleśnik z serem 1 szt Paszтет 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Ogórek kiszony 40 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 210,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 97 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 285,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 55,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 82 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20,5 <b>Sód [mg]</b> 3 024,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,5
	1 dieta łatwostrawna Pieczony omelet z warzywami 100 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata karbowana 10 g masło 82% 20 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt		Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml Klops drobiowy z warzywami pieczony 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Naleśnik z serem 1 szt Paszтет 55 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 20 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 054,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 89,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 233,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 57 <b>Tłuszcz [g]</b> 86,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 36,9 <b>Sód [mg]</b> 2 123,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 17,9
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Pieczony omelet z warzywami 100 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Herbata bez cukru 200 g	Kanapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200 g	Zupa meksykańska 300 ml Klops drobiowy z warzywami pieczony 120 g Kasza pęczak 160 g Surówka z białej kapusty 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Placek sernikowy niskie IG pieczony 1 szt Paszтет 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Herbata bez cukru 200 g Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 492,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 110,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 312,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 36,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 99 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 25,9 <b>Sód [mg]</b> 3 772,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 47,2

2026-05-26 wtorek

1 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>pasta z białek jaja kurzego 55 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Cukier saszetka 1 szt</p>		<p>Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml Klops drobiowy z warzywami pieczony 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml</p>	<p>Naleśnik z serem 1 szt Plastry pieczonych warzyw 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Ser biały 60 g Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Cukier saszetka 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 551,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 82 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 187,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 59 <b>Tłuszcz [g]</b> 47,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 14,3 <b>Sód [mg]</b> 1 384,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,1</p>
2 Dieta podstawowa	<p>Pieczonego omlęt z warzywami 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód 1 g masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt</p>	<p>Chąłka drożdżowa 40 g</p>	<p>Zupa meksykańska 300 ml Gulasz węgierski duszony 220 g Surówka z buraków i jabłek 100 g Kompot 200 ml Kasza pęczak 160 g</p>	<p>Naleśnik z serem 1 szt Paszтет 55 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 546,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 101,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 373,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 120,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 79,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 26,4 <b>Sód [mg]</b> 3 143,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 35,5</p>
2 dieta latwostrawna	<p>Pieczonego omlęt z warzywami 100 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód 1 g masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt</p>	<p>Chąłka drożdżowa 40 g</p>	<p>Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml Klops drobiowy z warzywami pieczony 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml</p>	<p>Naleśnik z serem 1 szt Paszтет 55 g szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 164,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 91,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 308 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 102,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 66,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,8 <b>Sód [mg]</b> 2 349,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,6</p>
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Pieczonego omlęt z warzywami 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt</p>	<p>Kanapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200 g</p>	<p>Zupa meksykańska 300 ml Klops drobiowy z warzywami pieczony 120 g Kasza pęczak 160 g Surówka z białej kapusty 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos koperkowy 60 ml</p>	<p>Placek sernikowy niskie IG pieczony 1 szt Paszтет 55 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 507,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 111,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 330,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 51,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 93,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,2 <b>Sód [mg]</b> 3 783,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 50,3</p>

2026-05-26 wtorek

2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	pasta z białek jaja kurzego 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód 1 g Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g	Koktajl z jogurtu i mango 180 ml	Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml Klops drobiowy z warzywami pieczony 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Naleśnik z serem 1 szt Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 093 <b>Białko ogółem [g] 96,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 294,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 109,8</b> <b>Tłuszcz [g] 53,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16</b> <b>Sód [mg] 1 859,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 19,9</b>
3 Dieta podstawowa	Pieczony omelet z warzywami 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód 1 g masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Chąłka drożdżowa 40 g	Zupa meksykańska 300 ml Gulasz węgierski duszony 220 g Surówka z buraków i jabłek 100 g Brukselka gotowana 100 g Kompot 200 ml Kasza pęczak 160 g	Naleśnik z serem 1 szt Paszтет 55 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 733,9 <b>Białko ogółem [g] 106,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 380,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 121</b> <b>Tłuszcz [g] 96</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5</b> <b>Sód [mg] 2 987,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 40,9</b>
3 dieta łatwostrawna	Pieczony omelet z warzywami 100 g Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód 1 g masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Chąłka drożdżowa 40 g	Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml Klops drobiowy z warzywami pieczony 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Naleśnik z serem 1 szt Paszтет 55 g szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 314,1 <b>Białko ogółem [g] 91,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 308,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 102,6</b> <b>Tłuszcz [g] 82,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8</b> <b>Sód [mg] 2 351,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 20,6</b>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omelet z warzywami 100 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200 g	Zupa meksykańska 300 ml Klops drobiowy z warzywami pieczony 120 g Kasza pęczak 160 g Surówka z białej kapusty 100 g Brukselka gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Placek sernikowy niskie IG pieczony 1 szt Paszтет 55 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 705,5 <b>Białko ogółem [g] 116,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 339</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 53,9</b> <b>Tłuszcz [g] 110,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,2</b> <b>Sód [mg] 3 794,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 55,8</b>

2026-05-26 wtorek

3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt pasta z białek jaja kurzego 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód 1 g Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g	Chalka drożdżowa 40 g	Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml Klops drobiowy z warzywami pieczony 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Naleśnik z serem 1 szt Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 438,2 <b>Białko ogółem [g] 99,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 317,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 110,9</b> <b>Tłuszcz [g] 72,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5</b> <b>Sód [mg] 2 053,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 22,3</b>
4 Dieta podstawowa	Pieczony omelet z warzywami 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód 1 g masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Chalka drożdżowa 40 g	Zupa meksykańska 300 ml Gulasz węgierski duszony 220 g Kasza pęczak 160 g Surówka z buraków i jabłek 100 g Brukselka gotowana 100 g Kompot 200 ml	Naleśnik z serem 1 szt Paszтет 55 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 824 <b>Białko ogółem [g] 106,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 402,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 142,8</b> <b>Tłuszcz [g] 96,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5</b> <b>Sód [mg] 3 154,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 41</b>
4 dieta łatwostrawna	Pieczony omelet z warzywami 100 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód 1 g masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Chalka drożdżowa 40 g	Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml Klops drobiowy z warzywami pieczony 120 g Sos koperkowy 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Naleśnik z serem 1 szt szynka drobiowa 40 g Paszтет 55 g Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 393,9 <b>Białko ogółem [g] 91,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 328,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 122,6</b> <b>Tłuszcz [g] 82,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8</b> <b>Sód [mg] 2 351,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 20,6</b>
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omelet z warzywami 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200 g	Zupa meksykańska 300 ml Klops drobiowy z warzywami pieczony 120 g Kasza pęczak 160 g Sos koperkowy 60 ml Surówka z białej kapusty 100 g Brukselka gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Placek sernikowy niskie IG pieczony 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Paszтет 55 g Ogórek kiszony 40 g pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 705,5 <b>Białko ogółem [g] 116,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 339</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 53,9</b> <b>Tłuszcz [g] 110,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,2</b> <b>Sód [mg] 3 794,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 55,8</b>

2026-05-26 wtorek	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt pasta z białek jaja kurzego 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód 1 g Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Chalka drożdżowa 40 g	Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml Klops drobiowy z warzywami pieczony 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Naleśnik z serem 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Ser biały 60 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 483,5 <b>Białko ogółem [g] 98,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 329</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 126,3</b> <b>Tłuszcz [g] 72,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5</b> <b>Sód [mg] 1 904,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 18,5</b>
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	jogurt bez laktozy 1 szt pasta wege 55 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Brzoskwinia 40 g Chleb bezglutenowy 60 g miód 1 g Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Wafke kukurydziane 40 g	Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml pulpety jaglano-warzywne b/glut 2 szt Sos koperkowy 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g	Naleśnik bezglutenowy z jabłkiem 2 szt Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 341,1 <b>Białko ogółem [g] 59,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 345,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 93,7</b> <b>Tłuszcz [g] 67,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1</b> <b>Sód [mg] 1 372</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 29,8</b>
2026-05-27 środa	1 Dieta podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Ser żółty 30 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa grochowa 300 ml Lazania ze szpinakiem i fetą 300 g surówka z marchwi z chrzanem 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Jajko gotowane na twardo 0,5 szt wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g pomidor 30 g Ogórek kiszony 40 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 039,8 <b>Białko ogółem [g] 85,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 317,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 46,2</b> <b>Tłuszcz [g] 54,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7</b> <b>Sód [mg] 2 726,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 32</b>
	1 dieta łatwostrawna	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Ser biały 60 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g masło 82% 20 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Risotto wegetariańskie z tofu duszone 300 g Salatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Jajko gotowane na twardo 0,5 szt szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 20 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 927,5 <b>Białko ogółem [g] 70</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 239,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 52,9</b> <b>Tłuszcz [g] 78,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5</b> <b>Sód [mg] 1 939,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 17,3</b>

2026-05-27 środa

1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Ser żółty 30 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 15 g Herbata bez cukru 200 g	Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g	Zupa grochowa 300 ml Zapiekany makaron raz. ze szpinakiem i serem 300 g surówka z marchwi z chrzanem 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 15 g Herbata bez cukru 200 g pomidor 30 g Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 014,4 <b>Białko ogółem [g] 88,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 281,3</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 41,6</b> <b>Tłuszcz [g] 68,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36</b> <b>Sód [mg] 2 882,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 41,7</b>
1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Ser biały 60 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Risotto wegetariańskie duszone 350 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane bez żółtka 0,5 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Pasta warzywna 160 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Margaryna porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 919,4 <b>Białko ogółem [g] 72,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 276,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 70,6</b> <b>Tłuszcz [g] 53,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,8</b> <b>Sód [mg] 1 751,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 21,6</b>
2 Dieta podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa grochowa 300 ml Lazania ze szpinakiem i fetą 300 g surówka z marchwi z chrzanem 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 656 <b>Białko ogółem [g] 90,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 467,1</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 111,9</b> <b>Tłuszcz [g] 55,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9</b> <b>Sód [mg] 2 815,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 36,9</b>
2 dieta łatwostrawna	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Ser biały 60 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Risotto wegetariańskie z tofu duszone 300 g Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 444,3 <b>Białko ogółem [g] 72,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 415</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 134,9</b> <b>Tłuszcz [g] 58,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6</b> <b>Sód [mg] 2 099,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 23</b>

2026-05-27 środa

2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g	Zupa grochowa 300 ml Zapiekany makaron raz. ze szpinakiem i serem 300 g Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g pomidor 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 865,6 <b>Białko ogółem [g] 88,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 279,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 41,7</b> <b>Tłuszcz [g] 52,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6</b> <b>Sód [mg] 2 849,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 40,2</b>
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Ser biały 60 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Risotto wegetariańskie duszone 350 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pasta warzywna 160 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 510,9 <b>Białko ogółem [g] 75,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 422,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 129,2</b> <b>Tłuszcz [g] 53,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,9</b> <b>Sód [mg] 1 851,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 25,1</b>
3 Dieta podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa grochowa 300 ml Lazania ze szpinakiem i fetą 300 g surówka z marchwi z chrzanem 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g pomidor 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 805,6 <b>Białko ogółem [g] 91,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 467,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 112</b> <b>Tłuszcz [g] 71,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9</b> <b>Sód [mg] 2 816,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 36,9</b>
3 dieta łatwostrawna	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Ser biały 60 g Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Risotto wegetariańskie z tofu duszone 300 g Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 635,5 <b>Białko ogółem [g] 78,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 415</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 134,9</b> <b>Tłuszcz [g] 77,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4</b> <b>Sód [mg] 1 939,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 23</b>

2026-05-27 środa

3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Ser żółty 30 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g	Zupa grochowa 300 ml Zapiekany makaron raz. ze szpinakiem i serem 300 g surówka z marchwi z chrzanem 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g pomidor 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 089,5 <b>Białko ogółem [g] 89,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 289,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48,2</b> <b>Tłuszcz [g] 73,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39</b> <b>Sód [mg] 2 928,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 43,3</b>
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Ser biały 60 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Risotto wegetariańskie duszone 350 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 160 g Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Brzoskwinia 40 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 757,4 <b>Białko ogółem [g] 75,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 430,3</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 135</b> <b>Tłuszcz [g] 69,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2</b> <b>Sód [mg] 1 890,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 25,5</b>
4 Dieta podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa grochowa 300 ml Lazania ze szpinakiem i fetą 300 g surówka z marchwi z chrzanem 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 885,4 <b>Białko ogółem [g] 91,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 487,1</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 131,9</b> <b>Tłuszcz [g] 71,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9</b> <b>Sód [mg] 2 817,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 36,9</b>
4 dieta łatwostrawna	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Ser biały 60 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Risotto wegetariańskie z tofu duszone 300 g Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Jajko gotowane na twardo 1 szt Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 715,3 <b>Białko ogółem [g] 78,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 435</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 154,9</b> <b>Tłuszcz [g] 77,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4</b> <b>Sód [mg] 1 939,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 23</b>

2026-05-27 środa	4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g	Zupa grochowa 300 ml Zapiekany makaron raz. ze szpinakiem i serem 300 g surówka z marchwi z chrzanem 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Jajko gotowane na twardo 1 szt pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Ogórek kiszony 40 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 089,5 <b>Białko ogółem [g] 89,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 289,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48,2</b> <b>Tłuszcz [g] 73,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39</b> <b>Sód [mg] 2 928,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 43,3
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Ser biały 60 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Risotto wegetariańskie duszone 350 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 160 g Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 807,6 <b>Białko ogółem [g] 75,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 442,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 149,2</b> <b>Tłuszcz [g] 69,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,2 <b>Sód [mg] 1 888,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 25,1
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	Kasza kukurydziana na mleku roślinnym 300 ml Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta wege 55 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g Chleb bezglutenowy 60 g miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Risotto wegetariańskie z tofu duszone 300 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 160 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Tofu plastry 60 g woda szpital 1 szt Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 485,7 <b>Białko ogółem [g] 65,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 363,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 121</b> <b>Tłuszcz [g] 73,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,3 <b>Sód [mg] 1 713</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30,1
2026-05-28 czwartek	1 Dieta podstawowa	Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g Cukier saszetka 1 szt	Żurek z jajkiem 300 ml Palki hoisin z ryżem pieczone 300 g kapusta po chińsku 100 g Kompot 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 981,9 <b>Białko ogółem [g] 88,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 251,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 43,6</b> <b>Tłuszcz [g] 77,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 26,8 <b>Sód [mg] 2 145,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,2	

2026-05-28 czwartek

1 dieta łatwostrawna	Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 20 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g		Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g Kasza kuskus 180 g Dyńia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 20 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 876,5 <b>Białko ogółem [g] 90</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 219,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 40,3</b> <b>Tłuszcz [g] 76,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1</b> <b>Sód [mg] 2 423</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 18,7</b>
1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 20 g Herbata bez cukru 200 g	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g Kasza gryczana 160 g kapusta po chińsku 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 20 g Herbata bez cukru 200 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 033,7 <b>Białko ogółem [g] 85,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 258,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 33</b> <b>Tłuszcz [g] 85,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2</b> <b>Sód [mg] 2 592,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 41,8</b>
1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	pasta z białek jaja kurzego 55 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml Pierś z kurczaka pieczona 100 g Sos z natki pietruszki 60 g Kasza kuskus 180 g Dyńia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 300 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Pasta z twarogu 55 g Herbata bez cukru 200 g Margaryna porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 622,7 <b>Białko ogółem [g] 91,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 187,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 42,9</b> <b>Tłuszcz [g] 52,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5</b> <b>Sód [mg] 2 389,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 16,7</b>
2 Dieta podstawowa	Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Żurek z jajkiem 300 ml Palki hoisin z ryżem pieczone 300 g kapusta po chińsku 100 g Kompot 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 804,7 <b>Białko ogółem [g] 98,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 449,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 142,4</b> <b>Tłuszcz [g] 79,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1</b> <b>Sód [mg] 2 304</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 28,6</b>

2026-05-28.czwartek

2 dieta łatwostrawna	Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g Kasza kuskus 180 g Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 467,2 <b>Białko ogółem [g] 90,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 421,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 139,4</b> <b>Tłuszcz [g] 53,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1</b> <b>Sód [mg] 2 604,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 22,7</b>
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g Kasza gryczana 160 g kapusta po chińsku 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 930 <b>Białko ogółem [g] 91,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 276,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 47,9</b> <b>Tłuszcz [g] 65,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8</b> <b>Sód [mg] 2 646,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 44,8</b>
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	pasta z białek jaja kurzego 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml Pierś z kurczaka pieczona 100 g Kasza kuskus 180 g Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Bułka wrocławska 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Pasta z twarogu 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 300 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 650 <b>Białko ogółem [g] 107,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 419,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 134</b> <b>Tłuszcz [g] 58,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6</b> <b>Sód [mg] 2 895,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 20,1</b>
3 Dieta podstawowa	jogurt 100 1 szt Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Żurek z jajkiem 300 ml Palki hoisin z ryżem pieczone 300 g kapusta po chińsku 100 g Kalafior gotowany 100 g Kompot 200 ml	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 038,2 <b>Białko ogółem [g] 104,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 460,1</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 148,8</b> <b>Tłuszcz [g] 98,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2</b> <b>Sód [mg] 2 389,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 30,8</b>

2026-05-28 czwartek

3 dieta łatwostrawna	jogurt 100 1 szt Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g Kasza kuskus 180 g Dyńa pieczona 100 g Kompot 200 ml	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 676,8 <b>Białko ogółem [g] 95,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 427,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 143,8</b> <b>Tłuszcz [g] 72,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2</b> <b>Sód [mg] 2 669,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 22,7</b>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g Kasza gryczana 160 g kapusta po chińsku 100 g Kalafior gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 163,5 <b>Białko ogółem [g] 97,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 287,1</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 54,2</b> <b>Tłuszcz [g] 84,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34</b> <b>Sód [mg] 2 732,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 47</b>
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt pasta z białek jaja kurzego 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml Pierś z kurczaka pieczona 100 g Kasza kuskus 180 g Dyńa pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos z natki pietruszki 60 g	Pasta z twarogu 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Brzoskwinia 40 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 300 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 000,1 <b>Białko ogółem [g] 112,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 443,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 144,8</b> <b>Tłuszcz [g] 76,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1</b> <b>Sód [mg] 3 014,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 21,6</b>
4 Dieta podstawowa	jogurt 100 1 szt Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Żurek z jajkiem 300 ml Palki hoisin z ryżem pieczone 300 g kapusta po chińsku 100 g Kalafior gotowany 100 g Kompot 200 ml	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 118 <b>Białko ogółem [g] 104,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 480</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 168,8</b> <b>Tłuszcz [g] 98,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2</b> <b>Sód [mg] 2 390</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 30,8</b>

2026-05-28 czwartek	4 dieta łatwostrawna	jogurt 100 1 szt Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g Kasza kuskus 180 g Dyńa pieczona 100 g Kompot 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g szynka drobiowa 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 756,6 <b>Białko ogółem [g] 95,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 447,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 163,7</b> <b>Tłuszcz [g] 72,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2</b> <b>Sód [mg] 2 669,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 22,7</b>
	4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g Kasza gryczana 160 g kapusta po chińsku 100 g Kalafior gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 163,5 <b>Białko ogółem [g] 97,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 287,1</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 54,2</b> <b>Tłuszcz [g] 84,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34</b> <b>Sód [mg] 2 732,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 47</b>
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt pasta z białek jaja kurzego 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Brzoskwinia 40 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml Pierś z kurczaka pieczona 100 g Sos z natki pietruszki 60 g Kasza kuskus 180 g Dyńa pieczona 100 g Kompot 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 300 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Pasta z twarogu 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 050,3 <b>Białko ogółem [g] 112,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 456,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 159</b> <b>Tłuszcz [g] 76,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1</b> <b>Sód [mg] 3 012,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 21,3</b>
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	jogurt bez laktozy 1 szt pasta wege 55 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Brzoskwinia 40 g Chleb bezglutenowy 60 g miód porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml Placki warzywne pieczone 300 g Sos z natki pietruszki 60 g Dyńa pieczona 100 g Kompot 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna wegańska 300 g Tofu plastry 60 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 829,3 <b>Białko ogółem [g] 70,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 405,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 136,3</b> <b>Tłuszcz [g] 91,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1</b> <b>Sód [mg] 1 940,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 32,2</b>

2026-05-29 piątek	1 Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml Ser żółty 30 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g Cukier saszetka 1 szt	Zupa brokułowa 300 ml Ryba po grecku 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 0,5 szt Pasta warzywna z cukinią 80 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g Ogórek kiszony 40 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 026,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 88 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 280,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 51,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 67,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,7 <b>Sód [mg]</b> 3 125,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,1	
	1 dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml Pasta rybno-jajeczna 80 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g masło 82% 2 [Por] x 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml Ryba pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera, marchwi i brzoskwini 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt Pasta warzywna z cukinią 80 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 2 [Por] x 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 926,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 87,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 234,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 53,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 72,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,1 <b>Sód [mg]</b> 2 217,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 18,3	
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Ser żółty 30 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g	Koktajl z maślanki i truskawek z płatkami owsianymi 180 ml	Zupa brokułowa 300 ml Ryba pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Jajko gotowane na twardo 0,5 szt Pasta warzywna z cukinią 80 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 748,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 84,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 237,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 35,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 59,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,8 <b>Sód [mg]</b> 3 411,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 37,9
	1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml Pasta rybno-jajeczna 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml Ryba pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Jajko gotowane bez żółtka 0,8 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 745,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 92 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 220,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 45,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 49,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 12,7 <b>Sód [mg]</b> 1 906,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 16,3	

2026-05-29 piątek

2 Dieta podstawowa	Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g Makaron na mleku 300 ml	Biszkopty 40 g	Zupa brokułowa 300 ml Ryba po grecku 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt Pasta warzywna z cukinią 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 715 <b>Białko ogółem [g] 95,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 435,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 109,2</b> <b>Tłuszcz [g] 72,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5</b> <b>Sód [mg] 3 328,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 31,4</b>
2 dieta latwostrawna	Pasta rybno-jajeczna 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt Makaron na mleku 300 ml	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml Ryba pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera, marchwi i brzoskwini 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt Pasta warzywna z cukinią 80 g szynka drobiowa 40 g Rukola 5 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 393,7 <b>Białko ogółem [g] 88,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 405,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 130,5</b> <b>Tłuszcz [g] 50,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4</b> <b>Sód [mg] 2 348,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 23,8</b>
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Koktajl z maślanki i truskawek z płatkami owsianymi 180 ml	Zupa brokułowa 300 ml Ryba pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt Pasta warzywna z cukinią 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 793 <b>Białko ogółem [g] 88,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 245,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 41,5</b> <b>Tłuszcz [g] 59,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9</b> <b>Sód [mg] 3 487,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 39,4</b>
2 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml Pasta rybno-jajeczna 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml Ryba pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 343,1 <b>Białko ogółem [g] 94,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 369,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 105,3</b> <b>Tłuszcz [g] 49,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,6</b> <b>Sód [mg] 1 986,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 19,7</b>

2026-05-29 piątek

3 Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Biszkopty 40 g	Zupa brokułowa 300 ml Ryba po grecku 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt Pasta warzywna z cukinią 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 897,9 <b>Białko ogółem [g] 98,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 442,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 111,3</b> <b>Tłuszcz [g] 89,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4</b> <b>Sód [mg] 3 335</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 33,7</b>
3 dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml Pasta ryбно-jajeczna 80 g Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Biszkopty 40 g	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml Ryba pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera, marchwi i brzoskwini 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt Pasta warzywna z cukinią 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Rukola 5 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 678,8 <b>Białko ogółem [g] 96,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 416,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 128,4</b> <b>Tłuszcz [g] 73</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7</b> <b>Sód [mg] 2 303,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 21,7</b>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Koktajl z maślanki i truskawek z płatkami owsianymi 180 ml	Zupa brokułowa 300 ml Ryba pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt Pasta warzywna z cukinią 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 975,8 <b>Białko ogółem [g] 90,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 252,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 43,6</b> <b>Tłuszcz [g] 76,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34</b> <b>Sód [mg] 3 494,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 41,7</b>
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml Pasta ryбно-jajeczna 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml Ryba pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser biały 60 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 699,2 <b>Białko ogółem [g] 113,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 374,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 109,3</b> <b>Tłuszcz [g] 69,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3</b> <b>Sód [mg] 2 075,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 19,7</b>

2026-05-29 piątek

4 Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Biszkopty 40 g	Zupa brokułowa 300 ml Ryba po grecku 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt Pasta warzywna z cukinią 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 977,7 <b>Białko ogółem [g] 98,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 462,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 131,3</b> <b>Tłuszcz [g] 89,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4</b> <b>Sód [mg] 3 335,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 33,7</b>
4 dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml Pasta ryбно-jajeczna 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Biszkopty 40 g	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml Ryba pieczona 100 g Sos koperkowy 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera, marchwi i brzoskwini 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt Plastry ze schabu piezonego 60 g Pasta warzywna z cukinią 80 g Pomidor sparzony 80 g Rukola 5 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 758,6 <b>Białko ogółem [g] 96,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 436,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 148,4</b> <b>Tłuszcz [g] 73</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7</b> <b>Sód [mg] 2 303,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 21,7</b>
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Koktajl z maślanki i truskawek z płatkami owsianymi 180 ml	Zupa brokułowa 300 ml Ryba pieczona 100 g Sos koperkowy 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Pasta warzywna z cukinią 80 g pomidor 40 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 975,8 <b>Białko ogółem [g] 90,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 252,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 43,6</b> <b>Tłuszcz [g] 76,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34</b> <b>Sód [mg] 3 494,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 41,7</b>
4-łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml Pasta ryбно-jajeczna 80 g Plastry ze schabu piezonego 60 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml Ryba pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Ser biały 60 g Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry ze schabu piezonego 60 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 709,4 <b>Białko ogółem [g] 104,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 392</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 127,3</b> <b>Tłuszcz [g] 67,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7</b> <b>Sód [mg] 2 049,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 19,7</b>

2026-05-29 piątek	Dieta dla kobiet z endometriozą.	Kasza kukurydziana na mleku roślinnym 300 ml pasta wege 55 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Chleb bezglutenowy 60 g miód porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g Cukier saszetka 1 szt	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa krem z marchwi, cukini i selera 300 ml Ryba pieczona 100 g Sos koperkowy 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Placki z jabłkiem b/glut lekkostrawne 300 g Wiśnie w żelu 25 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 462 <b>Białko ogółem [g] 69,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 373,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 116,4</b> <b>Tłuszcz [g] 63,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4</b> <b>Sód [mg] 1 595,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 26,7</b>
2026-05-30 sobota	1 Dieta podstawowa	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 30 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa zacierkowa 300 ml Pierś kurczaka w sosie porowym 200 g Kasza bulgur 160 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30 g Ser żółty 30 g pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 020,4 <b>Białko ogółem [g] 83,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 306,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 54,7</b> <b>Tłuszcz [g] 57,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7</b> <b>Sód [mg] 2 149,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 30,6</b>
	1 dieta łatwostrawna	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml Pieczeń mięsna wp z warzywami 120 g sos pomidorowy 60 ml Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g szynka drobiowa 2 30 g Pomidor sparzony 60 g sałata karbowana 10 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Pasta z twarogu z natką 80 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 792,9 <b>Białko ogółem [g] 89,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 256,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 56,8</b> <b>Tłuszcz [g] 51,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5</b> <b>Sód [mg] 1 960,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 17,1</b>
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 30 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g	Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml Pieczeń mięsna wp z warzywami 120 g Kasza bulgur 160 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g Kompot bez cukru 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30 g pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g Ser żółty 30 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 114,2 <b>Białko ogółem [g] 92,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 302,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 27,5</b> <b>Tłuszcz [g] 69,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5</b> <b>Sód [mg] 3 137,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 49,3</b>

2026-05-30 sobota

1 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml Schab wp pieczony 100 g sos pomidorowy 60 ml Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Margaryna porcja 1 szt Bułka wrocławska 80 g Herbata bez cukru 200 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 543,9 <b>Białko ogółem [g] 72,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 224,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 43,8</b> <b>Tłuszcz [g] 33,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,8</b> <b>Sód [mg] 1 799,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 16,1</b>
2 Dieta podstawowa	Pieczonego omlet ze szpinakiem i cukinią 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Zupa zacierkowa 300 ml Pierś kurczaka w sosie porowym 200 g Kasza bulgur 160 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser żółty 30 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 693,1 <b>Białko ogółem [g] 92,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 462,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 112,3</b> <b>Tłuszcz [g] 59,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5</b> <b>Sód [mg] 2 300,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 32,3</b>
2 dieta latwostrawna	Pieczonego omlet ze szpinakiem i cukinią 100 g szynka drobiowa 50 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml Pieczeń mięsna wp z warzywami 120 g Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pasta z twarogu 80 g Pasta z twarogu 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 539,3 <b>Białko ogółem [g] 112,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 422,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 117,3</b> <b>Tłuszcz [g] 56,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1</b> <b>Sód [mg] 2 235,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 19,2</b>
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczonego omlet ze szpinakiem i cukinią 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g	Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml Pieczeń mięsna wp z warzywami 120 g Kasza jaglana 180 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g Kompot bez cukru 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser żółty 30 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 181,5 <b>Białko ogółem [g] 100,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 313,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 33</b> <b>Tłuszcz [g] 69,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4</b> <b>Sód [mg] 3 281,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 49,2</b>

2026-05-30 sobota

2 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Jajko gotowane bez żółtka 1 szt                  Plasty z indyka pieczonego 40 g                  Plasty pieczonych warzyw 80 g                  Bułka wrocławska 32 g                  kajzerka 1 szt                  miód porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 1 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p>Budyń waniliowy na mleku 180 ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml                  Schab wp pieczony 100 g                  Kasza jaglana 180 g                  Cukinia pieczona 100 g                  Kompot 200 ml                  sos pomidorowy 60 ml</p>	<p>Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g                  Bułka wrocławska 80 g                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 1 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Plasty z indyka pieczonego 40 g                  Plasty pieczonych warzyw 80 g                  Pasta z twarogu 80 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 274,9  <b>Białko ogółem [g] 93,4</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 382,8</b>  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 98,4</b>  <b>Tłuszcz [g] 40</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11</b>  <b>Sód [mg] 1 894,7</b>  <b>Blonnik pokarmowy [g] 16,7</b></p>
3 Dieta podstawowa	<p>Pieczonego omlet ze szpinakiem i cukinią 100 g                  wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  sałata 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g                  miód porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Mandarynka 1 szt</p>	<p>Budyń waniliowy na mleku 180 ml</p>	<p>Zupa zacierkowa 300 ml                  Pierś kurczaka w sosie porowym 200 g                  Kasza bulgur 160 g                  Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g                  Marchewka mini gotowana 100 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g                  pomidor 80 g                  sałata karbowana 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Ser żółty 30 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 875,1  <b>Białko ogółem [g] 93,8</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 471,5</b>  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 117,4</b>  <b>Tłuszcz [g] 76</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6</b>  <b>Sód [mg] 2 373,5</b>  <b>Blonnik pokarmowy [g] 35,7</b></p>
3 dieta latwostrawna	<p>Pieczonego omlet ze szpinakiem i cukinią 100 g                  Pomidor sparzony 80 g                  szynka drobiowa 50 g                  sałata 10 g                  Bułka wrocławska 32 g                  kajzerka 1 szt                  miód porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Mandarynka 1 szt</p>	<p>Budyń waniliowy na mleku 180 ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml                  Pieczeń mięsna wp z warzywami 120 g                  Kasza jaglana 180 g                  Cukinia pieczona 100 g                  Kompot 200 ml                  sos pomidorowy 60 ml</p>	<p>Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g                  szynka drobiowa 40 g                  sałata karbowana 10 g                  Pomidor sparzony 80 g                  Bułka wrocławska 80 g                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pasta z twarogu z natką 80 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 615,8  <b>Białko ogółem [g] 96,8</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 420,5</b>  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 115</b>  <b>Tłuszcz [g] 68,2</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8</b>  <b>Sód [mg] 2 200,9</b>  <b>Blonnik pokarmowy [g] 19,2</b></p>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Pieczonego omlet ze szpinakiem i cukinią 100 g                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g                  sałata 10 g                  Chleb razowy 140 g                  masło porcja 10g 2 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Mandarynka 1 szt</p>	<p>Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g</p>	<p>Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml                  Pieczeń mięsna wp z warzywami 120 g                  Kasza bulgur 160 g                  Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g                  Cukinia pieczona 100 g                  Kompot bez cukru 200 ml                  sos pomidorowy 60 ml</p>	<p>Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110 g                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g                  pomidor 80 g                  sałata karbowana 10 g                  Chleb razowy 140 g                  masło porcja 10g 2 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Ser żółty 30 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 310,9  <b>Białko ogółem [g] 98,4</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 312,7</b>  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 35,8</b>  <b>Tłuszcz [g] 85,2</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,2</b>  <b>Sód [mg] 3 284,9</b>  <b>Blonnik pokarmowy [g] 51,8</b></p>

2026-05-30 sobota

3 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml Schab wp pieczony 100 g Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pasta z twarogu 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 441,3 <b>Białko ogółem [g] 85</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 378,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 96,3</b> <b>Tłuszcz [g] 55,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2</b> <b>Sód [mg] 1 759,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 14,8</b>
4 Dieta podstawowa	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Zupa zacierkowa 300 ml Pierś kurczaka w sosie porowym 200 g Kasza bulgur 160 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 954,9 <b>Białko ogółem [g] 93,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 491,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 137,3</b> <b>Tłuszcz [g] 76</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6</b> <b>Sód [mg] 2 373,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 35,7</b>
4 dieta latwostrawna	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g szynka drobiowa 50 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml Pieczeń mięsna wp z warzywami 120 g sos pomidorowy 60 ml Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Pasta z twarogu z natką 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 695,6 <b>Białko ogółem [g] 96,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 440,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 134,9</b> <b>Tłuszcz [g] 68,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8</b> <b>Sód [mg] 2 201,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 19,2</b>
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g	Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml Pieczeń mięsna wp z warzywami 120 g sos pomidorowy 60 ml Kasza bulgur 160 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g Cukinia pieczona 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Ser żółty 30 g pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 310,9 <b>Białko ogółem [g] 98,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 312,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 35,8</b> <b>Tłuszcz [g] 85,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,2</b> <b>Sód [mg] 3 284,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 51,8</b>

2026-05-30 sobota	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml Schab wp pieczony 100 g sos pomidorowy 60 ml Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Pasta z twarogu 80 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 601,1 <b>Białko ogółem [g] 93,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 410,1</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 124,2</b> <b>Tłuszcz [g] 56,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3</b> <b>Sód [mg] 1 933,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 17,1</b>
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	serek wiejski b/laktozy 1 szt Tofu plastry 60 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Chleb bezglutenowy 60 g miód porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Wafle ryżowe 40 g	Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml Batał faszerowany kaszą jaglaną i warzywami 300 g sos pomidorowy 60 ml Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 300 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 495,8 <b>Białko ogółem [g] 61,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 395,3</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 118,9</b> <b>Tłuszcz [g] 61,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2</b> <b>Sód [mg] 2 202,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 27,3</b>
2026-05-31 niedziela	1 Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml Pasta z twarogu i łososia 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Cukier saszetka 1 szt	Zupa kalafiorowa 300 ml Schab w panierce serowej 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Ogórek kiszony 40 g Jajko gotowane na twardo 0,5 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 054,5 <b>Białko ogółem [g] 95</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 274,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48,4</b> <b>Tłuszcz [g] 70,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1</b> <b>Sód [mg] 3 222,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 29,6</b>	
	1 dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml Pasta z twarogu i łososia 80 g szynka drobiowa 2 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g sałata 10 g masło 82% 2 [Por] x 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	Barszcz czerwony zabieleny 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Kasza kuskus 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt Pasta warzywna z cukinią 80 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 2 [Por] x 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 129,9 <b>Białko ogółem [g] 95,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 261,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 55,5</b> <b>Tłuszcz [g] 78,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4</b> <b>Sód [mg] 2 028,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 21,8</b>	

2026-05-31 niedziela	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu i lososia 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Herbata bez cukru 200 g	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa kalafiorowa 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Ryż brązowy 160 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g Jajko gotowane na twardo 0,5 szt wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 30 g Ogórek kiszony 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Herbata bez cukru 200 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 863,6 <b>Białko ogółem [g] 78,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 261,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 37,4</b> <b>Tłuszcz [g] 65,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8</b> <b>Sód [mg] 2 527,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 44,2</b>
	1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Pasta z twarogu 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Płatki owsiane na mleku 300 ml Cukier saszetka 1 szt		Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Ryż 180 g Kompot 200 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Cukinia pieczona 100 g	Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 828,9 <b>Białko ogółem [g] 93,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 253,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 54,4</b> <b>Tłuszcz [g] 48,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,9</b> <b>Sód [mg] 1 722,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 18,3</b>
	2 Dieta podstawowa	Pasta z twarogu i lososia 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Ciasto drożdżowe 40 g	Ziemniaki gotowane 200 g Zupa kalafiorowa 300 ml Schab w panierce serowej 120 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g Rukola 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g Jajko gotowane na twardo 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 292,8 <b>Białko ogółem [g] 96,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 345,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 129,3</b> <b>Tłuszcz [g] 65</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4</b> <b>Sód [mg] 3 329,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 30,4</b>
	2 dieta łatwostrawna	Pasta z twarogu i lososia 80 g szynka drobiowa 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Ciasto drożdżowe 40 g	Barszcz czerwony zabieleny 300 ml Kasza kuskus 180 g Kompot 200 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Cukinia pieczona 100 g	szynka drobiowa 40 g Rukola 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jajko gotowane na twardo 1 szt Pasta warzywna z cukinią 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 249,7 <b>Białko ogółem [g] 88,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 358,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 152,5</b> <b>Tłuszcz [g] 53,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7</b> <b>Sód [mg] 2 202,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 23,7</b>

2026-05-31 niedziela

2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt                  Pasta z twarogu i łososia 80 g                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  sałata 10 g                  Chleb razowy 140 g                  masło porcja 10g 1 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pomarańcza 70 g</p>	<p>Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g</p>	<p>Zupa kalafiorowa 300 ml                  Ryż brązowy 160 g                  Surówka Coleslaw 100 g                  Kompot bez cukru 200 ml                  Gulasz drobiowy duszony 220 g</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g                  pomidor 40 g                  Rukola 10 g                  Chleb razowy 140 g                  masło porcja 10g 1 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Ogórek kiszony 40 g                  Jajko gotowane na twardo 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  1 900  <b>Białko ogółem [g] 86,3</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 270</b>  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 44,4</b>  <b>Tłuszcz [g] 62,9</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1</b>  <b>Sód [mg] 2 580,6</b>  <b>Błonnik pokarmowy [g] 45,8</b></p>
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Pasta z twarogu i łososia 80 g                  Plastry z indyka pieczonego 40 g                  Plastry pieczonych warzyw 80 g                  Bułka wrocławska 32 g                  kajzerka 1 szt                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 1 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Brzoskwinia 40 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g</p>	<p>Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml                  Ryż 180 g                  Kompot 200 ml                  Gulasz drobiowy duszony 220 g                  Cukinia pieczona 100 g</p>	<p>Plastry ze schabu pieczonego 60 g                  Plastry pieczonych warzyw 80 g                  Bułka wrocławska 80 g                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 1 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pasta warzywna z cukinią 160 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 148,9  <b>Białko ogółem [g] 83,9</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 341,8</b>  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 136,4</b>  <b>Tłuszcz [g] 44,8</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5</b>  <b>Sód [mg] 2 033,8</b>  <b>Błonnik pokarmowy [g] 21,5</b></p>
3 Dieta podstawowa	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml                  Pasta z twarogu i łososia 80 g                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  sałata 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pomarańcza 70 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g</p>	<p>Zupa kalafiorowa 300 ml                  Schab w panierce serowej 120 g                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Surówka Coleslaw 100 g                  Marchewka z groszkiem 120 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g                  pomidor 40 g                  Ogórek kiszony 40 g                  Rukola 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Jajko gotowane na twardo 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 622,4  <b>Białko ogółem [g] 109,7</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 393,2</b>  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 135</b>  <b>Tłuszcz [g] 75,7</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7</b>  <b>Sód [mg] 3 571</b>  <b>Błonnik pokarmowy [g] 36,6</b></p>
3 dieta łatwostrawna	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml                  Pasta z twarogu i łososia 80 g                  Plastry pieczonych warzyw 80 g                  szynka drobiowa 40 g                  sałata 10 g                  Bułka wrocławska 32 g                  kajzerka 1 szt                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Banan 1 szt</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g</p>	<p>Barszcz czerwony zabieleny 300 ml                  Gulasz drobiowy duszony 220 g                  Kasza kuskus 180 g                  Cukinia pieczona 100 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g                  Jajko gotowane na twardo 1 szt                  szynka drobiowa 40 g                  Rukola 10 g                  Pomidor sparzony 80 g                  Bułka wrocławska 80 g                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 612,1  <b>Białko ogółem [g] 98,8</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 389,3</b>  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 154,7</b>  <b>Tłuszcz [g] 76,1</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1</b>  <b>Sód [mg] 2 206,2</b>  <b>Błonnik pokarmowy [g] 25,7</b></p>

2026-05-31 niedziela

3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu i łososia 80 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa kalafiorowa 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Ryż brązowy 160 g Surówka Coleslaw 100 g Cukinia pieczona 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g Rukola 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jajko gotowane na twardo 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 066,2 <b>Białko ogółem [g] 87,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 273,3</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 46,9</b> <b>Tłuszcz [g] 79,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1</b> <b>Sód [mg] 2 585,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 46,7</b>
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 300 ml Pasta z twarogu i łososia 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Ciasto drożdżowe 40 g	Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Ryż 180 g Kompot 200 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Cukinia pieczona 100 g	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pasta warzywna z cukinią 160 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 597,8 <b>Białko ogółem [g] 98,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 372,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 138,5</b> <b>Tłuszcz [g] 67,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1</b> <b>Sód [mg] 2 152</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 23,5</b>
4 Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml Pasta z twarogu i łososia 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Ciasto drożdżowe 40 g	Zupa kalafiorowa 300 ml Schab w panierce serowej 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka Coleslaw 100 g Marchewka z groszkiem 120 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g Rukola 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 851,8 <b>Białko ogółem [g] 109,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 413,3</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 155,2</b> <b>Tłuszcz [g] 92,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,7</b> <b>Sód [mg] 3 573</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 36,6</b>
4 dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml Pasta z twarogu i łososia 80 g szynka drobiowa 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Ciasto drożdżowe 40 g	Barszcz czerwony zabieleny 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Kasza kuskus 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt Pasta warzywna z cukinią 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g Rukola 10 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 691,9 <b>Białko ogółem [g] 98,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 409,3</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 174,7</b> <b>Tłuszcz [g] 76,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1</b> <b>Sód [mg] 2 206,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 25,7</b>

2026-05-31 niedziela	4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu i lososia 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa kalafiorowa 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Ryż brązowy 160 g Surówka Coleslaw 100 g Cukinia pieczona 100 g Kompot bez cukru 200 ml	wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Pasta warzywna z cukinią 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g Rukola 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 066,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 87,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 273,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 46,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 79,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,1 <b>Sód [mg]</b> 2 585,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 46,7
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 300 ml Pasta z twarogu i lososia 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Ciasto drożdżowe 40 g	Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Ryż 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Pasta warzywna z cukinią 160 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 677,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 98,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 392,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 158,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 67,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,1 <b>Sód [mg]</b> 2 152,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,5
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	Płatki jaglane na mleku roślinnym 300 ml Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta wege 55 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Brzoskwinia 40 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Placki warzywne pieczone 300 g Sos koperkowy 60 ml Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 160 g Piersz z indyka pieczona 100 g Plastry pieczonego buraka 80 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Tofu plastry 60 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 375 <b>Białko ogółem [g]</b> 82,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 324,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 150,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,1 <b>Sód [mg]</b> 1 980,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,6