

	1	2	3	5	7
	Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	SUMA
2026-05-11 poniedziałek	1 Dieta podstawowa		Zupa fasolowa 300 ml Potrawka drobiowa 220 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot 200 ml Kasza kuskus 180 g	Paszтет 55 g Makaron z serem i brzoskwiniami 110 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g masło porcja 20 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> 2 342,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 101,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 311 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 51,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 82,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 36,6 <b>Sód [mg]</b> 2 608,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,7
	1 dieta łatwostrawna		Zupa ryżanka 300 ml Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Paszтет 55 g Makaron z serem i brzoskwiniami 110 g szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 60 g masło porcja 20 g Bułka wrocławska 80 g Herbata bez cukru 200 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 996,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 90,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 257,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 54,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 69,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 30,2 <b>Sód [mg]</b> 2 362,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,7
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml	Zupa fasolowa 300 ml Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g Kasza pęczak 160 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Paszтет 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g Makaron razowy z serem i jogurtem 110 g pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 20 g Herbata bez cukru 200 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 237,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 103,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 306,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 41,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 75,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,2 <b>Sód [mg]</b> 2 882,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 44,2
	1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml 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 Cukier saszetka 1 szt		Zupa ryżanka 300 ml Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Ser biały 60 g Makaron z serem i brzoskwiniami 0,5 [Por] x 110 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Herbata bez cukru 200 g Margaryna porcja 1 szt Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt Plastry pieczonych warzyw 80 g

2026-05-11 poniedziałek

2 Dieta podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml 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 dżem 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 fasolowa 300 ml Potrawka drobiowa 220 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot 200 ml Kasza kuskus 180 g Kalafior gotowany 100 g	Paszтет 55 g Makaron z serem i brzoskwiniami 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 822,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 107,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 456,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 175,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 69,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 26,9 <b>Sód [mg]</b> 2 775,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 35,1
2 dieta łatwostrawna	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml 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 dżem 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 ryżanka 300 ml Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Paszтет 55 g Makaron z serem i brzoskwiniami 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 470,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 93 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 409,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 179,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 54,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20 <b>Sód [mg]</b> 2 550,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21,9
2 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 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml	Zupa fasolowa 300 ml Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g Kasza pęczak 160 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Paszтет 55 g Makaron razowy z serem 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 159,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 107,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 315,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 48,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 62,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,4 <b>Sód [mg]</b> 2 977,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 45,9
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml 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 dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Galaretka owocowa 150 g	Zupa ryżanka 300 ml Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Makaron z serem i brzoskwiniami 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 Plastry pieczonych warzyw 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 444,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 97,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 404,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 177,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 44,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 13,3 <b>Sód [mg]</b> 2 046,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,7

2026-05-11 poniedziałek

3 Dieta podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml 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 dżem 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 fasolowa 300 ml Potrawka drobiowa 220 g Surówka Coleslaw 100 g Kalafior gotowany 100 g Kompot 200 ml Kasza kuskus 180 g	Paszтет 55 g Makaron z serem i brzoskwiniami 110 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> 2 986,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 107,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 460,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 178,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 85,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,9 <b>Sód [mg]</b> 2 778,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 35,7
3 dieta łatwostrawna	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml 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 dżem 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 ryżanka 300 ml Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Paszтет 55 g Makaron z serem i brzoskwiniami 110 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> 2 620,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 93 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 409,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 179,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 30,9 <b>Sód [mg]</b> 2 552,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21,8
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 Pomarańcza 70 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml	Zupa fasolowa 300 ml Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g Kasza pęczak 160 g Surówka Coleslaw 100 g Kalafior gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Paszтет 55 g Makaron razowy z serem i jogurtem 110 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> 2 332,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 109,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 320,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 50,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 78,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33,4 <b>Sód [mg]</b> 3 001 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 48,1
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml 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 dżem 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 ryżanka 300 ml Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Ser biały 60 g Makaron z serem i brzoskwiniami 110 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 Plastry pieczonych warzyw 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 661,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 97,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 404,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 178 <b>Tłuszcz [g]</b> 60,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,7 <b>Sód [mg]</b> 2 082,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,7

2026-05-11 poniedziałek

4 Dieta podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml 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 dżem 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 fasolowa 300 ml Potrawka drobiowa 220 g Surówka Coleslaw 100 g Kalafior gotowany 100 g Kompot 200 ml Kasza kuskus 180 g	Paszтет 55 g Makaron z serem i brzoskwiniami 110 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> 3 066,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 107,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 480,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 198,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 85,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,9 <b>Sód [mg]</b> 2 778,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 35,7
4 dieta łatwostrawna	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml 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 dżem 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 ryżanka 300 ml Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Makaron z serem i brzoskwiniami 110 g Paszтет 55 g szynka drobiowa 40 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> 2 700 <b>Białko ogółem [g]</b> 93 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 429,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 199,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 30,9 <b>Sód [mg]</b> 2 553 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21,8
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 Pomarańcza 70 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml	Zupa fasolowa 300 ml Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g Kasza pęczak 160 g Surówka Coleslaw 100 g Kalafior gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Makaron razowy z serem i jogurtem 110 g Paszтет 55 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> 2 332,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 109,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 320,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 50,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 78,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33,4 <b>Sód [mg]</b> 3 001 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 48,1
4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 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 Plastry pieczonych warzyw 80 g	Galaretką owocowa 150 g	Zupa ryżanka 300 ml Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml	Makaron z serem i brzoskwiniami 110 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> 2 774,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 97,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 424,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 197,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 63,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20,8 <b>Sód [mg]</b> 2 105,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,8

2026-05-11 poniedziałek	Dieta dla kobiet z endometriozą. Płatki ryżowe na mleku roślinnym 300 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Tofu plastry 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 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	Galaretka owocowa 150 g	Zupa ryżanka 300 ml pulpety jaglano-warzywne b/glut 2 szt Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml	Placki bananowe b/glut lekkostrawne 300 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 616,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 57,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 431,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 181,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 61,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,4 <b>Sód [mg]</b> 1 274,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,3
2026-05-12 wtorek	1 Dieta podstawowa pasta jajeczna z tunczykiem 80 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek kiszony 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło porcja 20 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Wątróbka drobiowa z jabłkiem i cebulą 150 g Surówka z kapusty kiszonej 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Galaretka warzywna 140 g pasta rybna pomidorowa 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło porcja 20 g Ogórek kiszony 40 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 051,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 95,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 253,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 47,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 77,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,5 <b>Sód [mg]</b> 2 987,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 25,9
	1 dieta łatwostrawna pasta jajeczna z tunczykiem 80 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata karbowana 10 g masło porcja 20 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g Kasza jęczmienna 160 g Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml	Galaretka warzywna 140 g pasta rybna pomidorowa 55 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło porcja 20 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 822,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 89,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 231,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 59,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 62,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,4 <b>Sód [mg]</b> 2 122,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,7
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów pasta jajeczna z tunczykiem 80 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek kiszony 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 20 g Herbata bez cukru 200 g	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g Kasza gryczana 160 g Surówka z kapusty kiszonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Galaretka warzywna 140 g pasta rybna pomidorowa 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 20 g Herbata bez cukru 200 g Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 357,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 107,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 309,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 32,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 86,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,9 <b>Sód [mg]</b> 4 295,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 50,8

2026-05-12 wtorek

1 łatwostrawna 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                  Cukier saszetka 1 szt</p>		<p>Zupa krem z marchwi, cukini i selera 300 ml                  Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g                  Kasza jęczmienna 160 g                  Buraczki puree 150 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Galaretka warzywna 280 g                  Plastry ze schabu pieczonego 60 g                  pasta rybna pomidorowa 55 g                  Plastry pieczonych warzyw 80 g                  Margaryna porcja 1 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  Cukier saszetka 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  1 545,4  <b>Białko ogółem [g]</b> 90,2  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 203,8  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 73,8  <b>Tłuszcz [g]</b> 38,1  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 12,7  <b>Sód [mg]</b> 1 700,4  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26,3</p>
2 Dieta podstawowa	<p>pasta jajeczna z tunczykiem 80 g                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g                  papryka 40 g                  Ogórek kiszony 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                  Jabłko 1 szt</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml                  Wątróbka drobiowa z jabłkiem i cebulą 150 g                  Surówka z kapusty kiszonej 100 g                  Kompot 200 ml                  Ziemniaki gotowane 200 g</p>	<p>Galaretka warzywna 140 g                  pasta rybna pomidorowa 80 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>                  2 451,3  <b>Białko ogółem [g]</b> 104,9  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 369,7  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 137,9  <b>Tłuszcz [g]</b> 67,4  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,7  <b>Sód [mg]</b> 4 088,5  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,2</p>
2 dieta łatwostrawna	<p>pasta jajeczna z tunczykiem 80 g                  szynka drobiowa 40 g                  Pomidor sparzony 80 g                  sałata karbowana 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</p>	<p>Ciasto drożdżowe 40 g</p>	<p>Zupa krem z marchwi, cukini i selera 300 ml                  Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g                  Kasza jęczmienna 160 g                  Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Galaretka warzywna 140 g                  pasta rybna pomidorowa 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</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 229,9  <b>Białko ogółem [g]</b> 94,7  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 360,7  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 159,6  <b>Tłuszcz [g]</b> 50  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20,4  <b>Sód [mg]</b> 2 331,1  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,1</p>
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>pasta jajeczna z tunczykiem 80 g                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g                  papryka 40 g                  Ogórek kiszony 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 białym 200 g</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml                  Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g                  Kasza gryczana 160 g                  Surówka z kapusty kiszonej 100 g                  Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>Galaretka warzywna 140 g                  pasta rybna pomidorowa 80 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>                  2 303,1  <b>Białko ogółem [g]</b> 111,2  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 327,2  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 47,7  <b>Tłuszcz [g]</b> 72  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 27,7  <b>Sód [mg]</b> 4 371,3  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 54,3</p>

2026-05-12 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 dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Koktajl z jogurtu i mango 180 ml	Zupa krem z marchwi, cukini i selera 300 ml Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g Kasza jęczmienna 160 g Buraczkzi puree 150 g Kompot 200 ml	Galaretka warzywna 280 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 rybna pomidorowa 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 269,4 <b>Białko ogółem [g] 108,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 353</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 163,8</b> <b>Tłuszcz [g] 44,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7</b> <b>Sód [mg] 2 284,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 29,9</b>
3 Dieta podstawowa	pasta jajeczna z tunczykiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 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 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Ciasto drożdżowe 40 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Wątróbka drobiowa z jabłkiem i cebulą 150 g Surówka z kapusty kiszonej 100 g Marchewka z groszkiem 120 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Galaretka warzywna 140 g pasta rybna pomidorowa 80 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 Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 717,7 <b>Białko ogółem [g] 108,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 387,3</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 141,7</b> <b>Tłuszcz [g] 88,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3</b> <b>Sód [mg] 4 329,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 36,2</b>
3 dieta łatwostrawna	pasta jajeczna z tunczykiem 80 g Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 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	Ciasto drożdżowe 40 g	Zupa krem z marchwi, cukini i selera 300 ml Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g Kasza jęczmienna 160 g Salatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml	Galaretka warzywna 140 g pasta rybna pomidorowa 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> 2 379,5 <b>Białko ogółem [g] 94,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 360,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 159,7</b> <b>Tłuszcz [g] 66,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3</b> <b>Sód [mg] 2 332,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 27,1</b>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	pasta jajeczna z tunczykiem 80 g papryka 40 g Ogórek kiszony 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 białym 200 g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g Kasza gryczana 160 g Surówka z kapusty kiszonej 100 g Buraczkzi puree 150 g Kompot bez cukru 200 ml	Galaretka warzywna 140 g pasta rybna pomidorowa 80 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> 2 564,9 <b>Białko ogółem [g] 113,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 354,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 71,4</b> <b>Tłuszcz [g] 88,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5</b> <b>Sód [mg] 4 477</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 57</b>

2026-05-12 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 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	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g Kasza jęczmienna 160 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Galaretka warzywna 280 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 rybna pomidorowa 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 581 <b>Białko ogółem [g] 110,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 366,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 162,1</b> <b>Tłuszcz [g] 64,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7</b> <b>Sód [mg] 2 349,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 30,3</b>
4 Dieta podstawowa	pasta jajeczna z tunczykiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 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 Jabłko 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Ciasto drożdżowe 40 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Wątróbka drobiowa z jabłkiem i cebulą 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej 100 g Marchewka z groszkiem 120 g Kompot 200 ml	Galaretka warzywna 140 g pasta rybna pomidorowa 80 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 Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 877,3 <b>Białko ogółem [g] 108,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 427,3</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 181,6</b> <b>Tłuszcz [g] 88,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3</b> <b>Sód [mg] 4 330,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 36,2</b>
4 dieta łatwostrawna	pasta jajeczna z tunczykiem 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 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	Zupa krem z marchwi,cukini i selera 300 ml Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g Kasza jęczmienna 160 g Salatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml	Galaretka warzywna 140 g szynka drobiowa 40 g pasta rybna pomidorowa 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> 2 459,3 <b>Białko ogółem [g] 94,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 380,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 179,6</b> <b>Tłuszcz [g] 66,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3</b> <b>Sód [mg] 2 333,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 27,1</b>
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	pasta jajeczna z tunczykiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek kiszony 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 białym 200 g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g Kasza gryczana 160 g Surówka z kapusty kiszonej 100 g Buraczki puree 150 g Kompot bez cukru 200 ml	Galaretka warzywna 140 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pasta rybna pomidorowa 80 g pomidor 40 g Ogórek kiszony 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> 2 564,9 <b>Białko ogółem [g] 113,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 354,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 71,4</b> <b>Tłuszcz [g] 88,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5</b> <b>Sód [mg] 4 477</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 57</b>

2026-05-12 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 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	Zupa krem z marchwi, cukini i selera 300 ml Gulasz wp lekkostrawny duszony 220 g Kasza jęczmienna 160 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Galaretka warzywna 280 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g pasta rybna pomidorowa 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 Plastry pieczonych warzyw 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 660,8 <b>Białko ogółem [g] 110,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 386,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 182</b> <b>Tłuszcz [g] 64,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7</b> <b>Sód [mg] 2 349,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 30,3</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 dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Wafle ryżowe 40 g	Zupa krem z marchwi, cukini i selera 300 ml Gulasz wegański z tofu 220 g Makaron ryżowy 160 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Galaretka warzywna 280 g Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta rybna pomidorowa 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Plastry pieczonych warzyw 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 160,5 <b>Białko ogółem [g] 94,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 347,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 151,9</b> <b>Tłuszcz [g] 41</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,3</b> <b>Sód [mg] 2 056,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 33,6</b>
2026-05-13 środa	1 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu z natką 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 porcja 20 g Cukier saszetka 1 szt		Krupnik 300 ml Kopytka w sosie pieczarkowym 320 g Kompot 200 ml surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g	Pasta z twarogu i łososa 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 porcja 20 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 245,9 <b>Białko ogółem [g] 86,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 316,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 52,2</b> <b>Tłuszcz [g] 79,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7</b> <b>Sód [mg] 2 101,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 28,7</b>
	1 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu z natką 80 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 80 g Produkt tłuszczowy do smarowania 20 g Herbata bez cukru 200 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną 300 ml Risotto wegetariańskie z tofu duszone 300 g Dymia i seler pieczone 100 g Kompot 200 ml	Pasta z twarogu i łososa 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g Bułka wrocławska 80 g masło porcja 20 g Herbata bez cukru 200 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 994 <b>Białko ogółem [g] 94,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 245,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48</b> <b>Tłuszcz [g] 76,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3</b> <b>Sód [mg] 1 991,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 16</b>

2026-05-13 środa

1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu z natką 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 20 g Herbata bez cukru 200 g	Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabilana 300 ml Risotto z brązowego ryżu vegetariańskie 300 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g Kompot bez cukru 200 ml Kasza pęczak 160 g	Pasta z twarogu i łososia 80 g Jajko gotowane na twardo 0,5 szt wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 20 g Herbata bez cukru 200 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 326,7 <b>Białko ogółem [g] 87,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 334,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 39,3</b> <b>Tłuszcz [g] 84,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5</b> <b>Sód [mg] 2 559,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 48,5</b>
1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu 80 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 koperkowa z ziemniakami 300 ml Risotto vegetariańskie duszone 300 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane bez żółtka 0,5 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Pasta z twarogu i łososia 80 g Cukier saszetka 1 szt Plastry z indyka pieczonego 40 g Margaryna porcja 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 754,2 <b>Białko ogółem [g] 84</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 240,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 47,2</b> <b>Tłuszcz [g] 48,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,4</b> <b>Sód [mg] 1 385,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 14,3</b>
2 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu z natką 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	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Krupnik 300 ml Kopytka w sosie pieczarkowym 320 g Kompot 200 ml surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g	Pasta z twarogu i łososia 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 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 pomidor 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 602,7 <b>Białko ogółem [g] 97,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 425,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 153,7</b> <b>Tłuszcz [g] 68,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2</b> <b>Sód [mg] 2 197,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 34,3</b>
2 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu z natką 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 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	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami zabilana 300 ml Risotto vegetariańskie z tofu duszone 300 g Kompot 200 ml Dynia i seler pieczone 100 g	Pasta z twarogu i łososia 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt 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> 2 370,6 <b>Białko ogółem [g] 94,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 379,3</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 164,4</b> <b>Tłuszcz [g] 61,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20</b> <b>Sód [mg] 2 117,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 22,1</b>

2026-05-13 środa

2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu z natką 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	Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml Risotto z brązowego ryżu vegetariańskie 300 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g Kompot bez cukru 200 ml Kasza pęczak 160 g	Pasta z twarogu i łososia 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 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> 2 270,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 96,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 343,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 46,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 72,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 25,9 <b>Sód [mg]</b> 2 646 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 49,9
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 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	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml Risotto vegetariańskie duszone 300 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane bez żółtka 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 Pasta z twarogu i łososia 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 179,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 87,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 345,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 140,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 49,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 11,5 <b>Sód [mg]</b> 1 481,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 18,2
3 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu z natką 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 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Krupnik 300 ml Kopytka w sosie pieczarkowym 320 g Kompot 200 ml surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g	Pasta z twarogu i łososia 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 744,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 96,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 424,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 152,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 85,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 36,2 <b>Sód [mg]</b> 2 196,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33,8
3 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu z natką 80 g Pomidor sparzony 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	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml Risotto vegetariańskie z tofu duszone 300 g Kompot 200 ml Dynia i seler pieczone 100 g	Pasta z twarogu i łososia 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt Pasta z twarogu i łososia 80 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> 2 570,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 98,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 381,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 166 <b>Tłuszcz [g]</b> 80,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,5 <b>Sód [mg]</b> 1 916 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,1

2026-05-13 środa

3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu z natką 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	Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabeliana 300 ml Risotto z brązowego ryżu vegetariańskie 300 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g Kompot bez cukru 200 ml Kasza pęczak 160 g	Pasta z twarogu i łososia 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 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> 2 420,3 <b>Białko ogółem [g] 96,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 343,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 46,3</b> <b>Tłuszcz [g] 89</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8</b> <b>Sód [mg] 2 647,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 49,9</b>
3 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 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	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml Risotto vegetariańskie duszone 300 g Kompot 200 ml Dymia i seler pieczone 100 g	Jajko gotowane bez żółtka 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 Plastry z indyka pieczonego 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 325,3 <b>Białko ogółem [g] 77,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 348,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 141,1</b> <b>Tłuszcz [g] 60,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1</b> <b>Sód [mg] 1 513,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 20,6</b>
4 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu z natką 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	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Krupnik 300 ml Kopytka w sosie pieczarkowym 320 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g Kompot 200 ml	Pasta z twarogu i łososia 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 823,9 <b>Białko ogółem [g] 96,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 444,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 172,7</b> <b>Tłuszcz [g] 85,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2</b> <b>Sód [mg] 2 196,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 33,8</b>
4 dieta latwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu z natką 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 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	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami zabeliana 300 ml Risotto vegetariańskie z tofu duszone 300 g Dymia i seler pieczone 100 g Kompot 200 ml	Pasta z twarogu i łososia 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Jajko gotowane na twardo 1 szt 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> 2 641,6 <b>Białko ogółem [g] 100,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 399,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 184,5</b> <b>Tłuszcz [g] 79,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7</b> <b>Sód [mg] 1 957,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 22,1</b>

2026-05-13 środa	4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu z natką 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	Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną 300 ml Risotto z brązowego ryżu vegetariańskie 300 g Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100 g Kompot bez cukru 200 ml Kasza pęczak 160 g	Pasta z twarogu i łososia 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Jajko gotowane na twardo 1 szt 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> 2 420,3 <b>Białko ogółem [g] 96,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 343,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 46,3</b> <b>Tłuszcz [g] 89</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8</b> <b>Sód [mg] 2 647,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 49,9</b>
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 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	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml Risotto vegetariańskie duszone 300 g Dyńia i seler pieczone 100 g Kompot 200 ml	Pasta z twarogu i łososia 80 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> 2 545,8 <b>Białko ogółem [g] 93,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 370,3</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 162,6</b> <b>Tłuszcz [g] 68,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9</b> <b>Sód [mg] 1 521,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 20,6</b>
	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 dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Wafle kukurydziane 40 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml Risotto vegetariańskie z tofu duszone 300 g Dyńia i seler pieczone 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 160 g Tofu plastry 60 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Plastry pieczonych warzyw 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 203,2 <b>Białko ogółem [g] 68,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 311,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 117,9</b> <b>Tłuszcz [g] 64,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6</b> <b>Sód [mg] 1 562,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 32,8</b>
2026-05-14 czwartek	1 Dieta podstawowa	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 Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Cukier saszetka 1 szt	Zupa neapolitanka z makaronem 300 ml chili corn carne wp 220 g Ryż 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g Kompot 200 ml	Naleśnik z serem 1 szt Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 60 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 418,3 <b>Białko ogółem [g] 101,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 322,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 62,2</b> <b>Tłuszcz [g] 86,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1</b> <b>Sód [mg] 2 923,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 31,5</b>	

2026-05-14 czwartek

1 dieta łatwostrawna	Ser biały 60 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g masło porcja 10 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Pulpety drobiowe 100 g Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Naleśnik z serem 1 szt Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g masło porcja 10 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 912,8 <b>Białko ogółem [g] 89,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 239</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 52,2</b> <b>Tłuszcz [g] 67</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,6 <b>Sód [mg] 2 409,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 13,5
1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	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% 10 g Herbata bez cukru 200 g	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Pulpety drobiowe 100 g Kasza gryczana 160 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g Kompot bez cukru 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Placek sernikowy niskie IG pieczony 1 szt Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 60 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 132,8 <b>Białko ogółem [g] 90,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 271,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 33</b> <b>Tłuszcz [g] 84,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 26,1 <b>Sód [mg] 3 294,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 39,9
1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ser biały 60 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		Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Pulpety drobiowe 100 g Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Naleśnik z serem 1 szt Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta z białek jaja kurzego 55 g Herbata bez cukru 200 g Cukier saszetka 1 szt bułka wrocławska 80 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Margaryna porcja 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 932,3 <b>Białko ogółem [g] 91,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 233,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 52,8</b> <b>Tłuszcz [g] 63,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 16,3 <b>Sód [mg] 2 253,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 15,6
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 dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g jogurt 100 1 szt	Koktajl owocowy z maślanką 180 ml	Zupa neapolitanka z makaronem 300 ml chili corn carne wp 220 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g Kompot 200 ml Ryż 180 g	Naleśnik z serem 1 szt Pasta jajeczna z natką pietruszki 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 pomidor 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 847,3 <b>Białko ogółem [g] 115,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 418,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 152,5</b> <b>Tłuszcz [g] 85,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,9 <b>Sód [mg] 3 138</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33,5

2 dieta łatwostrawna	Ser biały 60 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 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 Mandarynka 40 g jogurt 100 1 szt	Koktajl owocowy z maślanką 180 ml	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Pulpety drobiowe 100 g Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Naleśnik z serem 1 szt Pasta jajeczna z natką pietruszki 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> 2 409,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 102,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 341,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 142,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 72,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 24,3 <b>Sód [mg]</b> 2 747,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 15,8
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	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 Jabłko 1 szt jogurt 100 1 szt	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Pulpety drobiowe 100 g Kasza gryczana 160 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g Kompot bez cukru 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Placek sernikowy niskie IG pieczony 1 szt Pasta jajeczna z natką pietruszki 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 pomidor 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 275,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 98,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 296,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 52,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 86,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 26,5 <b>Sód [mg]</b> 3 456,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 43
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 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 jogurt 100 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Pulpety drobiowe 100 g Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Naleśnik z serem 1 szt Bułka wrocławska 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta z białek jaja kurzego 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> 2 622,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 99,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 393,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 178,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 66,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 17,6 <b>Sód [mg]</b> 2 426,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 17,2
3 Dieta podstawowa	jogurt 100 1 szt Ser żółty 30 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 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 40 g	Koktajl owocowy z maślanką 180 ml	Zupa neapolitanka z makaronem 300 ml chili corn carne wp 220 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Ryż 180 g	Naleśnik z serem 1 szt Pasta jajeczna z natką pietruszki 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 pomidor 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 029,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 116,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 427,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 157,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 102,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 43,9 <b>Sód [mg]</b> 3 211,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36,9

3 dieta łatwostrawna	jogurt 100 1 szt Ser biały 60 g Pomidor sparzony 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 Mandarynka 40 g	Koktajl owocowy z maślanką 180 ml	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Pulpety drobiowe 100 g Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Naleśnik z serem 1 szt Pasta jajeczna z natką pietruszki 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> 2 559,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 102,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 341,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 142,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 88,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,2 <b>Sód [mg]</b> 2 749,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 15,8
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 Jabłko 1 szt	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Pulpety drobiowe 100 g Kasza gryczana 160 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g Cukinia pieczona 100 g Kompot bez cukru 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Placek sernikowy niskie IG pieczony 1 szt Pasta jajeczna z natką pietruszki 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 pomidor 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 441,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 100,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 299,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 54,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 103,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,4 <b>Sód [mg]</b> 3 460,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 44
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 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	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Pulpety drobiowe 100 g Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Naleśnik z serem 1 szt pasta z białek jaja kurzego 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 869 <b>Białko ogółem [g]</b> 100 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 401,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 184,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 82,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,9 <b>Sód [mg]</b> 2 465,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 17,5
4 Dieta podstawowa	jogurt 100 1 szt Ser żółty 30 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 Mandarynka 40 g	Koktajl owocowy z maślanką 180 ml	Zupa neapolitanka z makaronem 300 ml chili corn carne wp 220 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Ryż 180 g	Naleśnik z serem 1 szt Pasta jajeczna z natką pietruszki 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 pomidor 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 109,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 116,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 447,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 177,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 102,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 43,9 <b>Sód [mg]</b> 3 211,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36,9

2026-05-14 czwartek	4 dieta łatwostrawna	jogurt 100 1 szt Ser biały 60 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 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 Mandarynka 40 g	Koktajl owocowy z maślanką 180 ml	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Pulpety drobiowe 100 g Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Naleśnik z serem 1 szt szynka drobiowa 40 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 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> 2 639,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 102,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 361,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 162,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 88,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,2 <b>Sód [mg]</b> 2 749,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 15,8
	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 Jabłko 1 szt	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Pulpety drobiowe 100 g Kasza gryczana 160 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 100 g Cukinia pieczona 100 g Kompot bez cukru 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Placek sernikowy niskie IG pieczony 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt pomidor 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 441,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 100,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 299,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 54,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 103,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,4 <b>Sód [mg]</b> 3 460,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 44
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Brzoskwinia 40 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	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Pulpety drobiowe 100 g Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml sos pomidorowy 60 ml	Naleśnik z serem 1 szt Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta z białek jaja kurzego 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> 2 919,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 99,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 413,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 198,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 82,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,9 <b>Sód [mg]</b> 2 463,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 17,2
	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 dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawny 300 ml Pomidory faszzerowane warzywami i komosą ryżową 3 szt Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Naleśniki bezglutenowe z żurawiną 2 szt 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> 2 448,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 51 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 360,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 193,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 76,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,5 <b>Sód [mg]</b> 1 332,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,7

2026-05-15 piątek	1 Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml Paszтет 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g salata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło porcja 20 g Cukier saszetka 1 szt	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml Ryba w panierce 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml	Ser żółty 30 g Jajko gotowane na twardo 0,5 szt wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 80 g salata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło porcja 20 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 221,3 <b>Białko ogółem [g] 93,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 262,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 42,2</b> <b>Tłuszcz [g] 93,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,2</b> <b>Sód [mg] 2 800,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 25,4</b>	
	1 dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml Paszтет 55 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 80 g salata 10 g masło porcja 20 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml surówka z marchwi i brzoskwinii 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g	Ser biały 60 g Jajko gotowane na twardo 1 szt szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g salata 10 g masło porcja 20 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 064,5 <b>Białko ogółem [g] 94,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 247</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 49,5</b> <b>Tłuszcz [g] 79,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3</b> <b>Sód [mg] 2 211,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 16,9</b>	
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Paszтет 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g salata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 20 g Herbata bez cukru 200 g	Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Ser żółty 30 g Jajko gotowane na twardo 0,5 szt wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 60 g salata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 20 g Herbata bez cukru 200 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 022,2 <b>Białko ogółem [g] 87,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 228,1</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 32,3</b> <b>Tłuszcz [g] 91,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8</b> <b>Sód [mg] 3 265,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 36,3</b>
	1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml Ser biały 60 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	Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g	Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Jajko gotowane bez żółtka 0,5 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt Plastry pieczonych warzyw 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 948,1 <b>Białko ogółem [g] 101,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 245,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 49,9</b> <b>Tłuszcz [g] 56,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4</b> <b>Sód [mg] 1 815,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 19,5</b>	

2026-05-15 piątek

2 Dieta podstawowa	Pasztet 55 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 Makaron na mleku 300 ml	Biszkopty 40 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml Ryba w panierce 100 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw 100 g	Ser żółty 30 g Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 658,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 104,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 383 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 137 <b>Tłuszcz [g]</b> 85,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 28,1 <b>Sód [mg]</b> 3 016,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,6
2 dieta łatwostrawna	Pasztet 55 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 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 Mandarynka 40 g Makaron na mleku 300 ml	Biszkopty 40 g	Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml surówka z marchwi i brzoskwinii 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g	Ser biały 60 g Jajko gotowane na twardo 1 szt 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> 2 415,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 96,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 362,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 139 <b>Tłuszcz [g]</b> 67,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,3 <b>Sód [mg]</b> 2 452,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,2
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasztet 55 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 z wiśni z płatkami owsianymi 180 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Ser żółty 30 g Jajko gotowane na twardo 1 szt 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> 1 927,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 91,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 231,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 35,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 78,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29 <b>Sód [mg]</b> 3 339 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 37,2
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 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	Wafle kukurydziane 40 g	Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g	Ser biały 120 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Jajko gotowane bez żółtka 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 Plastry pieczonych warzyw 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 519,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 117,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 367,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 130,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 60,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 17,1 <b>Sód [mg]</b> 1 941,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,8

2026-05-15 piątek

3 Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml Paszтет 55 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 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Biszkopty 40 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml Ryba w panierce 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Bukiet warzyw 100 g Kompot 200 ml	Ser żółty 30 g Jajko gotowane na twardo 1 szt 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> 2 807,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 104,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 383 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 137,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 102,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 39,1 <b>Sód [mg]</b> 3 018 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,6
3 dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml Paszтет 55 g Pomidor sparzony 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 Mandarynka 40 g	Biszkopty 40 g	Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i brzoskwinii 100 g Kompot 200 ml	Ser biały 60 g Jajko gotowane na twardo 1 szt 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> 2 606,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 102,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 362,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 139 <b>Tłuszcz [g]</b> 85,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33 <b>Sód [mg]</b> 2 292,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,2
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Paszтет 55 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 z wiśni z płatkami owsianymi 180 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml Kalafior gotowany 100 g	Ser żółty 30 g Jajko gotowane na twardo 1 szt 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> 2 100,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 93,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 236,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 38 <b>Tłuszcz [g]</b> 95,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 39,9 <b>Sód [mg]</b> 3 361,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 39,4
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 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	Wafle kukurydziane 40 g	Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g	Ser biały 120 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Jajko gotowane bez żółtka 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 Plastry pieczonych warzyw 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 736,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 117,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 367,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 130,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 76,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,4 <b>Sód [mg]</b> 1 977,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,8

2026-05-15 piątek	4 Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml Paszтет 55 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	Biszkopty 40 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml Ryba w panierce 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw 100 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml	Ser żółty 30 g Jajko gotowane na twardo 1 szt 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> 2 887,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 104,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 403 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 157,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 102,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 39,1 <b>Sód [mg]</b> 3 018,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,6
	4 dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml Paszтет 55 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 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 Mandarynka 40 g	Biszkopty 40 g	Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i brzoskwinii 100 g Kompot 200 ml	Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Jajko gotowane na twardo 1 szt 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> 2 686,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 102,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 382,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 159 <b>Tłuszcz [g]</b> 85,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33 <b>Sód [mg]</b> 2 292,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,2
	4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Paszтет 55 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 z wiśni z płatkami owsianymi 180 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Kalafior gotowany 100 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Jajko gotowane na twardo 1 szt 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> 2 100,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 93,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 236,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 38 <b>Tłuszcz [g]</b> 95,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 39,9 <b>Sód [mg]</b> 3 361,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 39,4
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 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	Wafle kukurydziane 40 g	Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Ser biały 120 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 Plastry pieczonych warzyw 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 816 <b>Białko ogółem [g]</b> 117,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 387,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 150,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 76,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,4 <b>Sód [mg]</b> 1 978 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,8

2026-05-15 piątek	Dieta dla kobiet z endometriozą.	Kasza kukurydziana na mleku roślinnym 300 ml pasta wege 55 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g Cukier saszetka 1 szt	Wafle kukurydziane 40 g	Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml Lekkostrawna ryba po grecku duszona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 160 g Pierś z indyka pieczona 100 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><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 343,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 90,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 312,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 121,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 70 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,2 <b>Sód [mg]</b> 1 976,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,6</p>
2026-05-16 sobota	1 Dieta podstawowa	Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 100 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 szpinakowa 300 ml bitka wp w sosie własnym 200 g Kasza gryczana 160 g Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Kompot 200 ml	Sałatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30 g Pasta z twarogu i łososia 55 g pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g Cukier saszetka 1 szt	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 078,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 94,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 287 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 43 <b>Tłuszcz [g]</b> 67,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,4 <b>Sód [mg]</b> 2 296,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,9</p>	
	1 dieta łatwostrawna	Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 100 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g masło 82% 10 g Cukier saszetka 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml Pierś z kurczaka pieczona 100 g Sos jarzynowy 60 g Kasza jęczmienna 160 g Buraczkzi puree 150 g Kompot 200 ml	Sałatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110 g Pasta z twarogu i łososia 55 g szynka drobiowa 2 30 g Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 175 <b>Białko ogółem [g]</b> 95,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 290,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 70,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 72 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 24,5 <b>Sód [mg]</b> 2 360,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,4</p>	
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 100 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	Kanapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200 g	Zupa szpinakowa 300 ml Pierś z kurczaka pieczona 100 g Kasza gryczana 160 g Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Sałatka z makaronu razowego z natką pietruszki i szynką 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 Pasta z twarogu i łososia 80 g	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 406,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 111,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 303 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 24 <b>Tłuszcz [g]</b> 93,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,6 <b>Sód [mg]</b> 3 430,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 46,1</p>

2026-05-16 sobota

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 Cukier saszetka 1 szt</p>		<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Kasza jęczmienna 160 g Schab wp pieczony 100 g Sos jarzynowy 60 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml</p>	<p>Makaron ryżowy z cukinią, indykiem i pomidorami 100 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Pasta z twarogu i łososia 55 g Margaryna porcja 1 szt Bułka wrocławska 80 g Herbata bez cukru 200 g Cukier saszetka 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 901,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 87,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 285,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 70,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 38,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 12,2 <b>Sód [mg]</b> 2 702,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19</p>
2 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 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt</p>	<p>Kasza manna z musem owocowym 180 ml</p>	<p>Zupa szpinakowa 300 ml bitka wp w sosie własnym 200 g Kasza gryczana 160 g Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Salatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 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 Pasta z twarogu i łososia 80 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 790,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 109,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 444,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 101,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 71 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,8 <b>Sód [mg]</b> 2 461,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33,3</p>
2 dieta latwostrawna	<p>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 Banan 1 szt</p>	<p>Kasza manna z musem owocowym 180 ml</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml Pierś z kurczaka pieczona 100 g Kasza jęczmienna 160 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g</p>	<p>Salatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110 g Pasta z twarogu i łososia 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> 2 897,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 105,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 463,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 137,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 72,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23 <b>Sód [mg]</b> 2 598,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,1</p>
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>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 Jabłko 1 szt</p>	<p>Kanapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200 g</p>	<p>Zupa szpinakowa 300 ml Pierś z kurczaka pieczona 100 g Kasza gryczana 160 g Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g</p>	<p>Salatka z makaronu razowego z natką pietruszki i szynką 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 Pasta z twarogu i łososia 80 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 483,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 116,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 321,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 38,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 92,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 28,5 <b>Sód [mg]</b> 3 575,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 49,3</p>

2026-05-16 sobota

2 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	pasta z białek jaja kurzego 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bulka 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	Kasza manna z musem owocowym 180 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Schab wp pieczony 100 g Kasza jęczmienna 160 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Makaron ryżowy z cukinią, indykiem i pomidorami 100 g Bulka 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 z indyka pieczonego 40 g Pasta z twarogu i łososia 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 556 <b>Białko ogółem [g] 99</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 431,1</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 113,5</b> <b>Tłuszcz [g] 42,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,7</b> <b>Sód [mg] 2 799,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 20,4</b>
3 Dieta podstawowa	Pieczony 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 Jabłko 1 szt	Kasza manna z musem owocowym 180 ml	Zupa szpinakowa 300 ml bitka wp w sosie własnym 200 g Kasza gryczana 160 g Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Brokuł gotowany 100 g Kompot 200 ml	Sałatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 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 Pasta z twarogu i łososia 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 969,4 <b>Białko ogółem [g] 112,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 449,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 103,4</b> <b>Tłuszcz [g] 87,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7</b> <b>Sód [mg] 2 469,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 35,6</b>
3 dieta latwostrawna	Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 100 g Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 50 g sałata 10 g Bulka 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	Kasza manna z musem owocowym 180 ml	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml Pierś z kurczaka pieczona 100 g Kasza jęczmienna 160 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Sałatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110 g szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bulka 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 i łososia 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 075,4 <b>Białko ogółem [g] 108,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 464,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 137,6</b> <b>Tłuszcz [g] 90,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6</b> <b>Sód [mg] 2 610,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 23,1</b>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony 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 Jabłko 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200 g	Zupa szpinakowa 300 ml Pierś z kurczaka pieczona 100 g Kasza gryczana 160 g Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Brokuł gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Sałatka z makaronu razowego z natką pietruszki i szynką 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 Pasta z twarogu i łososia 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 661,9 <b>Białko ogółem [g] 119,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 326</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 40,9</b> <b>Tłuszcz [g] 109,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,4</b> <b>Sód [mg] 3 583,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 51,7</b>

2026-05-16 sobota

3 latwostrawna 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 porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Kasza manna z musem owocowym 180 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Schab wp pieczony 100 g Kasza jęczmienna 160 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Makaron ryżowy z cukinią, indykiem i pomidorami 100 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 i łososia 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 739,7 <b>Białko ogółem [g] 91,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 431,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 113,7</b> <b>Tłuszcz [g] 58,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19</b> <b>Sód [mg] 2 739,1</b> <b>Blonnik pokarmowy [g] 20,4</b>
4 Dieta podstawowa	Pieczony 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 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Kasza manna z musem owocowym 180 ml	Zupa szpinakowa 300 ml bitka wp w sosie własnym 200 g Kasza gryczana 160 g Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Brokuł gotowany 100 g Kompot 200 ml	Sałatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110 g Pasta z twarogu i łososia 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 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 049,2 <b>Białko ogółem [g] 112,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 469,3</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 123,4</b> <b>Tłuszcz [g] 87,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7</b> <b>Sód [mg] 2 469,4</b> <b>Blonnik pokarmowy [g] 35,6</b>
4 dieta latwostrawna	Pieczony 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 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Kasza manna z musem owocowym 180 ml	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml Pierś z kurczaka pieczona 100 g Kasza jęczmienna 160 g Sos jarzynowy 60 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Sałatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110 g Pasta z twarogu i łososia 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> 3 155,2 <b>Białko ogółem [g] 108,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 484,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 157,6</b> <b>Tłuszcz [g] 90,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6</b> <b>Sód [mg] 2 610,5</b> <b>Blonnik pokarmowy [g] 23,1</b>
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony 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 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200 g	Zupa szpinakowa 300 ml Pierś z kurczaka pieczona 100 g Kasza gryczana 160 g Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Brokuł gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Sałatka z makaronu razowego z natką pietruszki i szynką 110 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Pasta z twarogu i łososia 80 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> 2 661,9 <b>Białko ogółem [g] 119,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 326</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 40,9</b> <b>Tłuszcz [g] 109,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,4</b> <b>Sód [mg] 3 583,1</b> <b>Blonnik pokarmowy [g] 51,7</b>

2026-05-16 sobota	4 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 porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Kasza manna z musem owocowym 180 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Schab wp pieczony 100 g Sos jarzynowy 60 g Kasza jęczmienna 160 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Makaron ryżowy z cukinią, indykiem i pomidorami 100 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Pasta z twarogu i łososia 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> 2 852,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 99,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 451,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 133,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 58,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,1 <b>Sód [mg]</b> 2 835,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,4
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	serek wiejski b/laktozy 1 szt pasta wege 55 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	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Batał faszerowany kaszą jaglaną i warzywami 300 g Sos jarzynowy 60 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Makaron ryżowy z cukinią, indykiem i pomidorami 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> 2 740 <b>Białko ogółem [g]</b> 87,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 426,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 129,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 63,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,1 <b>Sód [mg]</b> 3 584,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33,3
2026-05-17 niedziela	1 Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml Jajko gotowane na twardo 0,5 szt 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 z ciecierzycy 300 ml Kurczak z pesto 120 g Kasza bulgur 160 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Ser żółty 30 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> 2 028,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 95,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 285,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 46,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 63,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20,3 <b>Sód [mg]</b> 2 630,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33,4	
	1 dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml Jajko gotowane na twardo 1 szt szynka drobiowa 2 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g sałata 10 g masło 82% 20 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	Zupa grysikowa 300 ml Klops drobiowy z warzywami pieczony 120 g Sos koperkowy 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Ser biały 60 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> 1 944,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 87,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 244,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 57,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33,5 <b>Sód [mg]</b> 1 878,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,4	

2026-05-17 niedziela	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Jajko gotowane na twardo 0,5 szt 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 z ciecierzycy 300 ml Klops drobiowy z warzywami pieczony 120 g Kasza bulgur 160 g Brukselka gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Pasta warzywna 80 g Ser żółty 30 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> 1 810,4 <b>Białko ogółem [g] 88,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 251,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 27,5</b> <b>Tłuszcz [g] 59,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5</b> <b>Sód [mg] 2 837,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 46,4</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 bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Płatki owsiane na mleku 300 ml Cukier saszetka 1 szt		Zupa grysikowa 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	Ser biały 60 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> 1 735,1 <b>Białko ogółem [g] 88,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 232,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 50,1</b> <b>Tłuszcz [g] 45,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3</b> <b>Sód [mg] 1 696,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 21,7</b>
	2 Dieta podstawowa	Jajko gotowane na twardo 1 szt 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	Chałka drożdżowa 40 g	Kasza bulgur 160 g Zupa z ciecierzycy 300 ml Kurczak z pesto 120 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Ser żółty 30 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> 2 438,3 <b>Białko ogółem [g] 93</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 402,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 93,2</b> <b>Tłuszcz [g] 58,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1</b> <b>Sód [mg] 2 802,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 33,8</b>
	2 dieta łatwostrawna	Jajko gotowane na twardo 1 szt 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 Mandarynka 1 szt	Chałka drożdżowa 40 g	Zupa grysikowa 300 ml Klops drobiowy z warzywami pieczony 120 g Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Pasta warzywna 80 g Ser biały 60 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> 2 152,9 <b>Białko ogółem [g] 79,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 366,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 102,8</b> <b>Tłuszcz [g] 45</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19</b> <b>Sód [mg] 2 109</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 22,7</b>

2026-05-17 niedziela

2 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 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 z ciecierzycy 300 ml Klops drobiowy z warzywami pieczony 120 g Kasza bulgur 160 g Brukselka gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Pasta warzywna 80 g Ser żółty 30 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> 1 836,5 <b>Białko ogółem [g] 92,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 259,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 34</b> <b>Tłuszcz [g] 57,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9</b> <b>Sód [mg] 2 897,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 47,9</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 bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Chałka drożdżowa 40 g	Zupa grysikowa 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 Sos koperkowy 60 ml	Plastry ze schabu pieczonego 60 g Ser biały 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 171,7 <b>Białko ogółem [g] 82,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 357,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 95,5</b> <b>Tłuszcz [g] 41,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,5</b> <b>Sód [mg] 1 863,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 21,4</b>
3 Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml Jajko gotowane na twardo 1 szt 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	Chałka drożdżowa 40 g	Zupa z ciecierzycy 300 ml Kurczak z pesto 120 g Kasza bulgur 160 g Surówka Coleslaw 100 g Brukselka gotowana 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g Ogórek kiszony 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 848,8 <b>Białko ogółem [g] 107,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 441,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 98</b> <b>Tłuszcz [g] 81,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6</b> <b>Sód [mg] 2 815,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 41,3</b>
3 dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml Jajko gotowane na twardo 1 szt 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 Mandarynka 1 szt	Chałka drożdżowa 40 g	Zupa grysikowa 300 ml Klops drobiowy z warzywami pieczony 120 g Sos koperkowy 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Ser biały 60 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> 2 515,3 <b>Białko ogółem [g] 89,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 397,1</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 104,9</b> <b>Tłuszcz [g] 67,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4</b> <b>Sód [mg] 2 112,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 24,8</b>

2026-05-17 niedziela

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 sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa z ciecierzycy 300 ml Klops drobiowy z warzywami pieczony 120 g Sos koperkowy 60 ml Kasza bulgur 160 g Brukselka gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna 80 g Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 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> 1 986,1 <b>Białko ogółem [g] 92,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 259,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 34,2</b> <b>Tłuszcz [g] 74,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9</b> <b>Sód [mg] 2 899,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 47,9</b>
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Chąłka drożdżowa 40 g	Zupa grysikowa 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	Ser biały 120 g 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 661,3 <b>Białko ogółem [g] 102,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 388</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 99,7</b> <b>Tłuszcz [g] 65,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9</b> <b>Sód [mg] 1 925,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 23,2</b>
4 Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml Jajko gotowane na twardo 1 szt 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	Chąłka drożdżowa 40 g	Zupa z ciecierzycy 300 ml Kurczak z pesto 120 g Kasza bulgur 160 g Surówka Coleslaw 100 g Brukselka gotowana 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g Ogórek kiszony 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 928,6 <b>Białko ogółem [g] 107,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 461,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 117,9</b> <b>Tłuszcz [g] 81,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6</b> <b>Sód [mg] 2 815,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 41,3</b>
4 dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml Jajko gotowane na twardo 1 szt 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 Mandarynka 1 szt	Chąłka drożdżowa 40 g	Zupa grysikowa 300 ml Klops drobiowy z warzywami pieczony 120 g Sos koperkowy 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Ser biały 60 g szynka drobiowa 40 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> 2 595,1 <b>Białko ogółem [g] 89,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 417</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 124,9</b> <b>Tłuszcz [g] 67,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4</b> <b>Sód [mg] 2 112,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 24,8</b>

2026-05-17 niedziela	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 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 z ciecierzycy 300 ml Klops drobiowy z warzywami pieczony 120 g Kasza bulgur 160 g Brukselka gotowana 100 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Pasta warzywna 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Ser żółty 30 g pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 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> 2 086,6 <b>Białko ogółem [g] 94,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 266,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 38,2</b> <b>Tłuszcz [g] 82,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5</b> <b>Sód [mg] 2 996,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 49,9</b>
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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	Chalka drożdżowa 40 g	Zupa grysikowa 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	Pasta warzywna 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 747,3 <b>Białko ogółem [g] 95,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 423,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 124,3</b> <b>Tłuszcz [g] 63,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3</b> <b>Sód [mg] 2 059,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 27,3</b>
	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 miód porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml Placki z buraka pieczone 300 g Sos koperkowy 60 ml Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 160 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonego buraka 80 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 433,5 <b>Białko ogółem [g] 66,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 357,1</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 116,1</b> <b>Tłuszcz [g] 71,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9</b> <b>Sód [mg] 1 452,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 34,1</b>
	2026-05-18 poniedziałek	1 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta jajeczna z koperkiem 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g Cukier saszetka 1 szt		Barszcz biały 300 ml Kotlet mielony z pieczarką 120 g surówka z marchwi z chrzanem 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g Ser żółty 30 g pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Herbata bez cukru 200 g Pieczywo mieszane 130 g masło 82% 10 g Cukier saszetka 1 szt

2026-05-18 poniedziałek

1 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta jajeczna z koperkiem 55 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata karbowana 10 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa krem z marchwi 300 ml Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g Makaron spaghetti 160 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g Ser biały 60 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata karbowana 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g masło 82% 10 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 997,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 89,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 277,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 57,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 59,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,8 <b>Sód [mg]</b> 2 453,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 15,2
1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta jajeczna z koperkiem 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml	Barszcz biały 300 ml Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g Makaron razowy 160 g surówka z marchwi z chrzanem 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 150 g Ser żółty 30 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g Herbata bez cukru 200 g pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 135,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 93,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 322,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 48,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 61 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 27,8 <b>Sód [mg]</b> 3 082,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 40,1
1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml pasta z białek jaja kurzego 80 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 marchwi 300 ml Ryba pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos z natki pietruszki 60 g	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Margaryna porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 933,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 91 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 265,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 61,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 50,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 12,7 <b>Sód [mg]</b> 1 725,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 16
2 Dieta podstawowa	Pasta jajeczna z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata karbowana 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 Kasza manna na mleku 300 ml	Galaretka owocowa 150 g	Barszcz biały 300 ml Kotlet mielony z pieczarką 120 g surówka z marchwi z chrzanem 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 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 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 848,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 91,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 478,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 145,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 69,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 25 <b>Sód [mg]</b> 2 563,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,9

2026-05-18 poniedziałek

2 dieta łatwostrawna	Pasta jajeczna z koperkiem 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 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 Kasza manna na mleku 300 ml	Galaretką owocową 150 g	Zupa krem z marchwi 300 ml Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g Makaron spaghetti 160 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g Ser biały 60 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> 2 768,3 <b>Białko ogółem [g] 92,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 473,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 150</b> <b>Tłuszcz [g] 58,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4</b> <b>Sód [mg] 2 625</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 17,3</b>
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta jajeczna z koperkiem 80 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 Pomarańcza 70 g jogurt 100 1 szt	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml	Barszcz biały 300 ml Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g Makaron razowy 160 g surówka z marchwi z chrzanem 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 150 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> 2 179,6 <b>Białko ogółem [g] 97</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 330,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 55,4</b> <b>Tłuszcz [g] 61</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8</b> <b>Sód [mg] 3 156,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 41,7</b>
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml pasta z białek jaja kurzego 80 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	Galaretką owocową 150 g	Zupa krem z marchwi 300 ml Ryba pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos z natki pietruszki 60 g	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Ser biały 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 678,9 <b>Białko ogółem [g] 91,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 453,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 147,4</b> <b>Tłuszcz [g] 49,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,7</b> <b>Sód [mg] 1 831,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 16,6</b>
3 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta jajeczna z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata karbowana 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	Galaretką owocową 150 g	Barszcz biały 300 ml Kotlek mielony z pieczarką 120 g surówka z marchwi z chrzanem 100 g Buraczki zasmażane 150 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 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 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 121,4 <b>Białko ogółem [g] 93,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 499,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 163,4</b> <b>Tłuszcz [g] 90,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8</b> <b>Sód [mg] 2 667,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 31,3</b>

2026-05-18 poniedziałek

3 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta jajeczna z koperkiem 80 g Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 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	Galaretką owocową 150 g	Zupa krem z marchwi 300 ml Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g Makaron spaghetti 160 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g Ser biały 60 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> 2 917,9 <b>Białko ogółem [g] 92,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 473,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 150,1</b> <b>Tłuszcz [g] 74,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4</b> <b>Sód [mg] 2 626,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 17,3</b>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta jajeczna z koperkiem 80 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 Pomarańcza 70 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml	Barszcz biały 300 ml Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g Makaron razowy 160 g surówka z marchwi z chrzanem 100 g Cukinia pieczona 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 150 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> 2 345,8 <b>Białko ogółem [g] 98,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 334,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 57,9</b> <b>Tłuszcz [g] 77,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8</b> <b>Sód [mg] 3 161,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 42,6</b>
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml pasta z białek jaja kurzego 80 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	Galaretką owocową 150 g	Zupa krem z marchwi 300 ml Ryba pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos z natki pietruszki 60 g	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Ser biały 60 g 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 895,8 <b>Białko ogółem [g] 91,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 453,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 147,5</b> <b>Tłuszcz [g] 65,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9</b> <b>Sód [mg] 1 867,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 16,6</b>
4 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta jajeczna z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata karbowana 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	Galaretką owocową 150 g	Barszcz biały 300 ml Kotle mielony z pieczarką 120 g Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi z chrzanem 100 g Buraczki zasmażane 150 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 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> 3 201,2 <b>Białko ogółem [g] 93,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 519,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 183,4</b> <b>Tłuszcz [g] 90,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8</b> <b>Sód [mg] 2 668</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 31,3</b>

2026-05-18 poniedziałek	4 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta jajeczna z koperkiem 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 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	Galaretka owocowa 150 g	Zupa krem z marchwi 300 ml Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g Makaron spaghetti 160 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g szynka drobiowa 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 Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 997,7 <b>Białko ogółem [g] 92,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 493,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 170,1</b> <b>Tłuszcz [g] 74,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4</b> <b>Sód [mg] 2 627</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 17,3</b>
	4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta jajeczna z koperkiem 80 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 Pomarańcza 70 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml	Barszcz biały 300 ml Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g Makaron razowy 160 g surówka z marchwi z chrzanem 100 g Cukinia pieczona 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 150 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> 2 345,8 <b>Białko ogółem [g] 98,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 334,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 57,9</b> <b>Tłuszcz [g] 77,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8</b> <b>Sód [mg] 3 161,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 42,6</b>
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml pasta z białek jaja kurzego 80 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	Galaretka owocowa 150 g	Zupa krem z marchwi 300 ml Ryba pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 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 Plastry pieczonych warzyw 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 932 <b>Białko ogółem [g] 91,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 462,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 166,8</b> <b>Tłuszcz [g] 65,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9</b> <b>Sód [mg] 1 851,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 15,5</b>
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	Kasza kukurydziana na mleku roślinnym 300 ml Plastry z indyka pieczonego 40 g Tofu plastry 60 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 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	Galaretka owocowa 150 g	Zupa krem z marchwi 300 ml Ryba pieczona 100 g Sos z natki pietruszki 60 g Ziemniaki gotowane 200 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 300 g Chleb bezglutenowy 60 g Cukier saszetka 1 szt dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 704,5 <b>Białko ogółem [g] 58,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 439,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 160,1</b> <b>Tłuszcz [g] 64,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5</b> <b>Sód [mg] 1 240</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 19,9</b>

2026-05-19 wtorek	1 Dieta podstawowa	Pieczony omlet z warzywami 100 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 ogórkowa 300 ml makaron sojowy z kurczakiem i warzywami 300 g kapusta po chińsku 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g Pasta z twarogu z natką 55 g pomidor 30 g sałata karbowana 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> 1 938,5 <b>Białko ogółem [g] 93,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 240</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 56,2</b> <b>Tłuszcz [g] 77</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2</b> <b>Sód [mg] 2 559</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 31,5</b>	
	1 dieta latwostrawna	szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g masło porcja 20 g Pieczony omlet z warzywami 100 g Cukier saszetka 1 szt Ser biały 60 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g Pasta z twarogu z natką 80 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata karbowana 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g masło porcja 20 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 885,8 <b>Białko ogółem [g] 112,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 212,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 59,7</b> <b>Tłuszcz [g] 71,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31</b> <b>Sód [mg] 2 272,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 19,3</b>	
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Pieczony omlet z warzywami 100 g Herbata bez cukru 200 g Ser biały 60 g	Jogurt z pomarańczą 180 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g Kasza bulgur 160 g kapusta po chińsku 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g Pasta z twarogu z natką 55 g pomidory 30 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Ogórek kiszony 40 g Herbata bez cukru 200 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 993,4 <b>Białko ogółem [g] 108,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 274,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 42,4</b> <b>Tłuszcz [g] 63,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9</b> <b>Sód [mg] 2 966,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 44,4</b>
	1 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jajko gotowane bez żółtka 0,5 szt 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	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Galeretka warzywna z kurczakiem 280 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Pasta z twarogu 55 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> 1 694,9 <b>Białko ogółem [g] 107,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 216,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 72,8</b> <b>Tłuszcz [g] 43</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,3</b> <b>Sód [mg] 2 034,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 24</b>	

2026-05-19 wtorek

2 Dieta podstawowa	<p>wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g roszponka 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 Pieczony omlęt z warzywami 100 g Cukier saszetka 1 szt</p>	Ciasto drożdżowe 40 g	<p>Zupa ogórkowa 300 ml makaron sojowy z kurczakiem i warzywami 300 g kapusta po chińsku 100 g Kompot 200 ml Cukier saszetka 1 szt</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g pomidor 40 g Pasta z twarogu z natką 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g Cukier saszetka 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 623,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 104,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 397,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 120,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 80,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,3 <b>Sód [mg]</b> 2 697,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33,7</p>
2 dieta łatwostrawna	<p>szynka drobiowa 50 g Pomidor sparzony 80 g roszponka 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 Pieczony omlęt z warzywami 100 g Cukier saszetka 1 szt</p>	Ciasto drożdżowe 40 g	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki gotowane 200 g Salatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g Pasta z twarogu z natką 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 bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 228,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 104,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 347,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 102,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 54,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20 <b>Sód [mg]</b> 2 601,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21</p>
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g roszponka 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt Pieczony omlęt z warzywami 100 g</p>	Jogurt z pomarańczą 180 g	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300 ml Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g Kasza bulgur 160 g kapusta po chińsku 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g</p>	<p>tomato 40 g Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g Pasta z twarogu z natką 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 Ogórek kiszony 40 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 013,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 107,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 291,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 55,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 61,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20 <b>Sód [mg]</b> 3 052,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 47,6</p>
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 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</p>	Ciasto drożdżowe 40 g	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 280 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 Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 350,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 118,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 365,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 120,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 47,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 12,6 <b>Sód [mg]</b> 2 199,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 25,5</p>

2026-05-19 wtorek

3 Dieta podstawowa	Pieczony omlet z warzywami 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g roszponka 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	Ciasto drożdżowe 40 g	Zupa ogórkowa 300 ml makaron sojowy z kurczakiem i warzywami 300 g kapusta po chińsku 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot 200 ml	Galaretka warzywna z kurczakiem 140 g pomidor 40 g Pasta z twarogu z natką 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g salata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 766,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 107,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 394,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 112,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 97,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,2 <b>Sód [mg]</b> 2 704,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36
3 dieta łatwostrawna	Pieczony omlet z warzywami 100 g Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 50 g roszponka 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	Ciasto drożdżowe 40 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabeliana 300 ml Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Salatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Galaretka warzywna z kurczakiem 140 g Pasta z twarogu z natką 80 g szynka drobiowa 40 g salata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 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 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 377,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 104,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 347,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 102,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31 <b>Sód [mg]</b> 2 603,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omlet z warzywami 100 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g roszponka 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Jogurt z pomarańczą 180 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabeliana 300 ml Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g Kasza bulgur 160 g kapusta po chińsku 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Galaretka warzywna z kurczakiem 140 g pomidor 40 g Pasta z twarogu z natką 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g salata 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> 2 196,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 109,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 298,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 58 <b>Tłuszcz [g]</b> 78,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,1 <b>Sód [mg]</b> 3 059 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 49,9
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 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 Cukier saszetka 1 szt	Ciasto drożdżowe 40 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Galaretka warzywna z kurczakiem 280 g Pasta z twarogu 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 411 <b>Białko ogółem [g]</b> 122,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 371,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 124,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 49,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 13,7 <b>Sód [mg]</b> 2 262,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 25,5

2026-05-19 wtorek

4 Dieta podstawowa	<p>Pieczony omelet z warzywami 100 g                  wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  roszonek 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 2 szt</p>	Ciasto drożdżowe 40 g	<p>Zupa ogórkowa 300 ml                  makaron sojowy z kurczakiem i warzywami 300 g                  Fasolka szparagowa gotowana 100 g                  kapusta po chińsku 100 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g                  Pasta z twarogu z natką 80 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                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Cukier saszetka 2 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 846,6  <b>Białko ogółem [g]</b> 107,2  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 414,2  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 132,8  <b>Tłuszcz [g]</b> 97,1  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,2  <b>Sód [mg]</b> 2 704,7  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36</p>
4 dieta łatwostrawna	<p>Pieczony omelet z warzywami 100 g                  szynka drobiowa 50 g                  Pomidor sparzony 80 g                  roszonek 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 2 szt</p>	Ciasto drożdżowe 40 g	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną 300 ml                  Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g                  Sos jarzynowy 60 g                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g                  szynka drobiowa 40 g                  Pasta z twarogu z natką 80 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</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 457,7  <b>Białko ogółem [g]</b> 104,7  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 367,4  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 122,3  <b>Tłuszcz [g]</b> 71,3  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31  <b>Sód [mg]</b> 2 603,3  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21</p>
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Pieczony omelet z warzywami 100 g                  wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  roszonek 10 g                  Chleb razowy 140 g                  masło porcja 10g 2 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Jabłko 1 szt</p>	Jogurt z pomarańczą 180 g	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną 300 ml                  Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g                  Sos jarzynowy 60 g                  Kasza bulgur 160 g                  kapusta po chińsku 100 g                  Fasolka szparagowa gotowana 100 g                  Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g                  wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g                  Pasta z twarogu z natką 80 g                  Ogórek kiszony 40 g                  sałata karbowana 10 g                  pomidor 40 g                  Chleb razowy 140 g                  masło porcja 10g 2 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 196,4  <b>Białko ogółem [g]</b> 109,7  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 298,3  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 58  <b>Tłuszcz [g]</b> 78,4  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,1  <b>Sód [mg]</b> 3 059  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 49,9</p>
4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>jogurt 100 1 szt                  Jajko gotowane bez żółtka 1 szt                  Plastry ze schabu pieczonego 60 g                  Plastry pieczonych warzyw 80 g                  Brzoskwinia 40 g                  Bułka wrocławska 32 g                  kajzerka 1 szt                  miód porcja 1 szt                  Margaryna porcja 2 szt                  Herbata 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	Ciasto drożdżowe 40 g	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml                  Roladka z kurczaka z warzywami pieczona 120 g                  Sos jarzynowy 60 g                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Buraczki puree 150 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Galeretka warzywna z kurczakiem 280 g                  Plastry pieczonych warzyw 80 g                  Pasta z twarogu 80 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</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 587,9  <b>Białko ogółem [g]</b> 122,8  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 361,8  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 115  <b>Tłuszcz [g]</b> 65,1  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20  <b>Sód [mg]</b> 2 298,3  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 25,5</p>

2026-05-19 wtorek	Dieta dla kobiet z endometriozą. serek wiejski b/laktozy 1 szt Plastry z indyka pieczonego 40 g Tofu plastry 60 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 2 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml Batat faszerowany kaszą jaglaną i warzywami 300 g Sos jarzynowy 60 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 280 g Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta wege 55 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> 2 646,7 <b>Białko ogółem [g] 100,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 391</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 176</b> <b>Tłuszcz [g] 65</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9</b> <b>Sód [mg] 2 326,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 35,2</b>
2026-05-20 środa	1 Dieta podstawowa Kasza manna na mleku 300 ml Ser żółty 30 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 jarzynowa z fasolką 300 ml Curry z batatem duszone 220 g Kompot 200 ml Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Ryż 180 g	Paszтет 55 g Pasta z twarogu i łososia 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 60 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> 2 406,3 <b>Białko ogółem [g] 102,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 307,1</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 54,5</b> <b>Tłuszcz [g] 92,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 68,8</b> <b>Sód [mg] 2 797,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 33,6</b>
	1 dieta łatwostrawna Kasza manna na mleku 300 ml Ser biały 60 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 pomidorowa z ryżem zabelana 300 ml Pierogi z serem na słodko 250 g Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Paszтет 55 g Pasta z twarogu i łososia 55 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 406,1 <b>Białko ogółem [g] 109,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 297,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 72,1</b> <b>Tłuszcz [g] 87,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8</b> <b>Sód [mg] 1 675</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 10,5</b>
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów jogurt 100 1 szt Ser żółty 30 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 fasolką 300 ml Risotto z brązowego ryżu wegetariańskie 300 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Paszтет 55 g Pasta z twarogu i łososia 80 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 60 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 339,8 <b>Białko ogółem [g] 103,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 306,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 31,9</b> <b>Tłuszcz [g] 88,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8</b> <b>Sód [mg] 3 535,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 49,3</b>

2026-05-20 środa

1 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna 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 Brzoskwinia 40 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Pierogi z serem na słodko 250 g Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Plastry pieczonych warzyw 80 g Jajko gotowane bez żółtka 1,5 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> 2 359,2 <b>Białko ogółem [g] 108,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 306,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 80,3</b> <b>Tłuszcz [g] 70,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26</b> <b>Sód [mg] 2 501,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 13,1</b>
2 Dieta podstawowa	Kasza manna 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 Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g Cukier saszetka 1 szt	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa jarzynowa z fasolką 300 ml Curry z batatem duszone 220 g Kompot 200 ml Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Ryż 180 g	Paszтет 55 g Pasta z twarogu i łososia 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g Rukola 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 007,1 <b>Białko ogółem [g] 109,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 453,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 116,3</b> <b>Tłuszcz [g] 92,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 68</b> <b>Sód [mg] 2 867,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 38,5</b>
2 dieta latwostrawna	Kasza manna 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 Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt Brzoskwinia 40 g Cukier saszetka 1 szt	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml Pierogi z serem na słodko 250 g Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Paszтет 55 g Pasta z twarogu i łososia 80 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 Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 115,7 <b>Białko ogółem [g] 113,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 477,1</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 156,1</b> <b>Tłuszcz [g] 86,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8</b> <b>Sód [mg] 1 823,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 16,5</b>
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	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 jogurt 100 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g	Zupa jarzynowa z fasolką 300 ml Risotto z brązowego ryżu wegetariańskie 300 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Paszтет 55 g Pasta z twarogu i łososia 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g Rukola 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> 2 359,3 <b>Białko ogółem [g] 105,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 315,3</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 39,1</b> <b>Tłuszcz [g] 86,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3</b> <b>Sód [mg] 3 583</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 51,2</b>

2026-05-20 środa

2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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 Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Kasza manna na mleku 300 ml Cukier saszetka 1 szt	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Pierogi z serem na słodko 250 g Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Plastry pieczonych warzyw 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Jajko gotowane bez żółtka 1,5 szt Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 893,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 109,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 441,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 128,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 70,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 25,8 <b>Sód [mg]</b> 2 560,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 15,8
3 Dieta podstawowa	Kasza manna 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 Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g Cukier saszetka 1 szt	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa jarzynowa z fasolką 300 ml Curry z batatem duszone 220 g Kompot 200 ml Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Ryż 180 g	Paszтет 55 g Pasta z twarogu i łososia 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g Rukola 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 156,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 109,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 453,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 116,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 109,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 78,8 <b>Sód [mg]</b> 2 869,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 38,5
3 dieta łatwostrawna	Kasza manna 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 Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml Pierogi z serem na słodko 250 g Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Paszтет 55 g Pasta z twarogu i łososia 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Rukola 10 g Pomidor sparzony 80 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 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 277,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 119,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 469,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 150,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 104,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 49,5 <b>Sód [mg]</b> 1 660,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 16,2
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	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g	Zupa jarzynowa z fasolką 300 ml Risotto z brązowego ryżu wegetariańskie 300 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Paszтет 55 g Pasta z twarogu i łososia 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 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> 2 508,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 105,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 315,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 39,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 103,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 46,2 <b>Sód [mg]</b> 3 584,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 51,2

2026-05-20 środa

3 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna 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 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 pomidorowa z ryżem 300 ml Pierogi z serem na słodko 250 g Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Plastry pieczonych warzyw 80 g Jajko gotowane bez żółtka 1,5 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 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> 3 139,9 <b>Białko ogółem [g] 109,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 448,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 134,1</b> <b>Tłuszcz [g] 86,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2</b> <b>Sód [mg] 2 599,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 16,2</b>
4 Dieta podstawowa	Kasza manna 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 Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g Cukier saszetka 2 szt	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa jarzynowa z fasolką 300 ml Curry z batatem duszone 220 g Ryż 180 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot 200 ml	Pasztet 55 g Pasta z twarogu i łososia 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g Rukola 10 g Pieczywo mieszane 130 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> 3 236,5 <b>Białko ogółem [g] 109,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 473,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 136,4</b> <b>Tłuszcz [g] 109,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 78,8</b> <b>Sód [mg] 2 869,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 38,5</b>
4 dieta latwostrawna	Kasza manna 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 Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt Cukier saszetka 2 szt	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml Pierogi z serem na słodko 250 g Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Pasztet 55 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Pasta z twarogu i łososia 80 g Pomidor sparzony 80 g Rukola 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> 3 357,1 <b>Białko ogółem [g] 119,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 489,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 170,4</b> <b>Tłuszcz [g] 104,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,5</b> <b>Sód [mg] 1 661,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 16,2</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	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g	Zupa jarzynowa z fasolką 300 ml Risotto z brązowego ryżu wegetariańskie 300 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Pasztet 55 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Pasta z twarogu i łososia 80 g pomidor 80 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> 2 508,9 <b>Białko ogółem [g] 105,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 315,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 39,2</b> <b>Tłuszcz [g] 103,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,2</b> <b>Sód [mg] 3 584,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 51,2</b>

2026-05-20 środa	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna 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 Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g Cukier saszetka 2 szt	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Pierogi z serem na słodko 250 g Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane bez żółtka 1,5 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 80 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> 3 219,7 <b>Białko ogółem [g] 109,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 468,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 154,1</b> <b>Tłuszcz [g] 86,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2</b> <b>Sód [mg] 2 599,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 16,2</b>
	Dieta dla kobiet z endometrioza.	Płatki ryżowe na mleku roślinnym 300 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 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 2 szt pasta wege 55 g	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Placki bananowe b/glut lekkostrawne 300 g Wiśnie w żelu 25 g Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Lekkostrawne leczo z piersią kurczaka i ziemniakami 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 2 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 786,1 <b>Białko ogółem [g] 67,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 434,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 156,5</b> <b>Tłuszcz [g] 71,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8</b> <b>Sód [mg] 2 581,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 25,2</b>