

		1	2	3	5	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	SUMA
2026-06-21 niedziela	1 Dieta podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Jajko gotowane na twardo 1 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		żurek 300 ml Kotlet schabowy smażony 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot 200 ml	Paszтет 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g Ogórek kiszony 40 g Ser żółty 30 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 892,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 89,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 232,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 30,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 25,8 <b>Sód [mg]</b> 2 801,6 <b>Blonnik pokarmowy [g]</b> 22,5
	1 dieta łatwostrawna	Kasza kukurydziana 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% 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt		Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 150 g Kasza kuskus 180 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Ser biały 60 g Paszтет 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> 1 965 <b>Białko ogółem [g]</b> 98,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 234,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 38,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 70,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 25,2 <b>Sód [mg]</b> 2 491,4 <b>Blonnik pokarmowy [g]</b> 17
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Jajko gotowane na twardo 1 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	żurek 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 150 g Kasza pęczak 160 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Paszтет 55 g Ser żółty 30 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 30 g Ogórek kiszony 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 991,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 88,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 237,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 23,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 83,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,1 <b>Sód [mg]</b> 2 872,9 <b>Blonnik pokarmowy [g]</b> 34,5
	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 Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Cukier saszetka 1 szt		Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Pierś z indyka pieczona 100 g Kasza kuskus 180 g Sos koperkowy 60 ml Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml	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> 1 634,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 84,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 229,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 36,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 35,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 10,3 <b>Sód [mg]</b> 2 254,4 <b>Blonnik pokarmowy [g]</b> 17,8

2026-06-21 niedziela	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	Chąłka drożdżowa 40 g	Ziemniaki gotowane 200 g żurek 300 ml Kotlet schabowy smażony 120 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot 200 ml	Paszтет 55 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 Ser żółty 30 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 362,2 <b>Białko ogółem [g] 88,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 358</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 77,6</b> <b>Tłuszcz [g] 69,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25</b> <b>Sód [mg] 2 960,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 24,4</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 Banan 1 szt	Chąłka drożdżowa 40 g	Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Kasza kuskus 180 g Kompot 200 ml Pałki z kurczaka pieczone 150 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Sos koperkowy 60 ml	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 Ser biały 60 g Paszтет 55 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 516,3 <b>Białko ogółem [g] 94,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 386,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 102,4</b> <b>Tłuszcz [g] 67,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3</b> <b>Sód [mg] 2 725,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 19,9</b>
	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	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	żurek 300 ml Kasza pęczak 160 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot bez cukru 200 ml Pałki z kurczaka pieczone 150 g Sos koperkowy 60 ml	Paszтет 55 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 Ser żółty 30 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 006 <b>Białko ogółem [g] 89,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 245,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 29,8</b> <b>Tłuszcz [g] 81,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6</b> <b>Sód [mg] 2 919,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 36</b>
	2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jajko gotowane na twardo 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	Chąłka drożdżowa 40 g	Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Kasza kuskus 180 g Kompot 200 ml Piersz z indyka pieczona 100 g Marchewka w kostce gotowana 100 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 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 164,9 <b>Białko ogółem [g] 83,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 357,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 83</b> <b>Tłuszcz [g] 38,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,1</b> <b>Sód [mg] 2 398</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 18,7</b>

2026-06-21 niedziela

3 Dieta podstawowa	Kasza kukurydziana 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	Chąłka drożdżowa 40 g	żurek 300 ml Kotlet schabowy smażony 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka Coleslaw 100 g Brokuł gotowany 100 g Kompot 200 ml	Paszтет 55 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 Ser żółty 30 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 682,6 <b>Białko ogółem [g] 97,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 385,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 81,2</b> <b>Tłuszcz [g] 89,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9</b> <b>Sód [mg] 2 969,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 27,2</b>
3 dieta łatwostrawna	Kasza kukurydziana 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 Banan 1 szt	Chąłka drożdżowa 40 g	Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 150 g Kasza kuskus 180 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Paszтет 55 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> 2 807,5 <b>Białko ogółem [g] 101,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 409,1</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 103,8</b> <b>Tłuszcz [g] 87,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3</b> <b>Sód [mg] 2 728,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 20,4</b>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Jajko gotowane na twardo 1 szt papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g 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	żurek 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 150 g Kasza pęczak 160 g Surówka Coleslaw 100 g Brokuł gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos koperkowy 60 ml	Paszтет 55 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 Ser żółty 30 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 184,8 <b>Białko ogółem [g] 92,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 250,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 32,1</b> <b>Tłuszcz [g] 98,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6</b> <b>Sód [mg] 2 927</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 38,3</b>
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Jajko gotowane na twardo 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	Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Kasza kuskus 180 g Kompot 200 ml Pierś z indyka pieczona 100 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Sos koperkowy 60 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> 2 672,3 <b>Białko ogółem [g] 108,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 386,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 88,2</b> <b>Tłuszcz [g] 62,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8</b> <b>Sód [mg] 2 490,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 19,4</b>

2026-06-21 niedziela

4 Dieta podstawowa	Kasza kukurydziana 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	żurek 300 ml Kotlet schabowy smażony 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka Coleslaw 100 g Brokuł gotowany 100 g Kompot 200 ml	Pasztet 55 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> 2 722,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 97,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 395,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 91,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 89,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,9 <b>Sód [mg]</b> 2 969,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,2
4 dieta łatwostrawna	Kasza kukurydziana 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 Banan 1 szt	Chąłka drożdżowa 40 g	Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 150 g Sos koperkowy 60 ml Kasza kuskus 180 g Marchewka w kostce gotowana 100 g Kompot 200 ml	Ser biały 60 g Pasztet 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> 2 847,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 101,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 419,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 113,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 87,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,3 <b>Sód [mg]</b> 2 728,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,4
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	żurek 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 150 g Sos koperkowy 60 ml Kasza pęczak 160 g Surówka Coleslaw 100 g Brokuł gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml	wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Pasztet 55 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> 2 184,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 92,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 250,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 32,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 98,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 38,6 <b>Sód [mg]</b> 2 927 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 38,3
4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Jajko gotowane na twardo 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	Chąłka drożdżowa 40 g	Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Pierś z indyka pieczona 100 g Sos koperkowy 60 ml Kasza kuskus 180 g Marchewka w kostce 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 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 712,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 108,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 396,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 98,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 62,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,8 <b>Sód [mg]</b> 2 491 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,4

2026-06-21 niedziela	Dieta dla kobiet z endometriozą. Kasza kukurydziana na mleku roślinnym 300 ml Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta wege 55 g Plastry pieczonych warzyw 80 g 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 Pulpety warzywno -ryżowe b/glut 2 szt Sos koperkowy 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w kostce gotowana 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 Tofu plastry 60 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 471 <b>Białko ogółem [g] 55</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 383,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 118</b> <b>Tłuszcz [g] 67,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8</b> <b>Sód [mg] 1 379,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 29,2</b>
2026-06-22 poniedziałek	1 Dieta podstawowa Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Pieczeń mięsna w sosie chrzanowym 200 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g Kompot 200 ml Kasza gryczana 160 g	Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g Makaron ze szpinakiem i serem ( na ciepło) 110 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g masło 82% 10 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> 2 495,9 <b>Białko ogółem [g] 113,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 344</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48,9</b> <b>Tłuszcz [g] 82,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6</b> <b>Sód [mg] 3 530,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 30,9</b>
	1 dieta łatwostrawna Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 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		Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczkii puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g Makaron ze szpinakiem i serem ( na ciepło) 110 g szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 60 g masło 82% 10 g Bułka wrocławska 80 g Herbata bez cukru 200 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 053,1 <b>Białko ogółem [g] 103,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 278,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 65,8</b> <b>Tłuszcz [g] 63,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2</b> <b>Sód [mg] 2 151,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 17,3</b>
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g szpinak 5 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g Cukier saszetka 1 szt	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g Kasza gryczana 160 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g Makaron ze szpinakiem i serem ( na ciepło) 110 g pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 288,6 <b>Białko ogółem [g] 111,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 326,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 53,6</b> <b>Tłuszcz [g] 71,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1</b> <b>Sód [mg] 3 839</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 45,7</b>

2026-06-22 poniedziałek

1 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu 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		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Makaron ryżowy z piersią drobiową i warzywami 0,5 [Por] x 100 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Herbata bez cukru 200 g Margaryna porcja 1 szt Bułka wrocławska 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 993,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 105,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 258,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 54,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 56,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 13,9 <b>Sód [mg]</b> 2 886,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 17,4
2 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Galaretka owocowa 150 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Pieczeń mięsna w sosie chrzanowym 200 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g Kompot 200 ml Kasza gryczana 160 g	Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g Makaron ze szpinakiem i serem (na ciepło) 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> 3 236,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 119,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 527,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 137 <b>Tłuszcz [g]</b> 82,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,3 <b>Sód [mg]</b> 3 643,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,7
2 dieta latwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Arbuz plaster 80 g	Galaretka owocowa 150 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g Makaron ze szpinakiem i serem (na ciepło) 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> 2 815,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 111,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 476,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 158,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 58,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,9 <b>Sód [mg]</b> 3 430,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,6
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g Kasza gryczana 160 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g Makaron raz. ze szpinakami i serem (na ciepło) 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> 2 295,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 117,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 326,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 51,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 26,9 <b>Sód [mg]</b> 3 630,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 47,3

2026-06-22 poniedziałek

2 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Galaretka owocowa 150 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Makaron ryżowy z piersią drobiową i warzywami 100 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> 2 873,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 115 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 470,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 152,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 57,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 14 <b>Sód [mg]</b> 3 076,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 18,7
3 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Arbuz plaster 80 g	Galaretka owocowa 150 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Pieczeń mięsna w sosie chrzanowym 200 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g Brukselka gotowana 100 g Kompot 200 ml Kasza gryczana 160 g	Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g Makaron ze szpinakiem i serem (na ciepło) 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> 3 450,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 124,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 540,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 143,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 99,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 40,2 <b>Sód [mg]</b> 3 655,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 37,3
3 dieta latwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 80 g Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Arbuz plaster 80 g	Galaretka owocowa 150 g	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g Makaron ze szpinakiem i serem (na ciepło) 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> 2 962,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 108,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 472,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 157,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 78,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33,3 <b>Sód [mg]</b> 2 308,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 18,6
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150 ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g Kasza gryczana 160 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g Brukselka gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g Makaron raz. ze szpinakami i serem (na ciepło) 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> 2 492,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 122,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 335,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 54,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 88,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,8 <b>Sód [mg]</b> 3 642,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 52,7

2026-06-22 poniedziałek

3 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Galaretka owocowa 150 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczkii puree 150 g Kompot 200 ml	Makaron ryżowy z piersią drobiową i warzywami 100 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 090,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 115 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 471 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 152,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 73,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20,3 <b>Sód [mg]</b> 3 113,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 18,7
4 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlna 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 Arbuz plaster 80 g	Galaretka owocowa 150 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Pieczeń mięsna w sosie chrzanowym 200 g Kasza gryczana 160 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g Brukselka gotowana 100 g Kompot 200 ml	Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g Makaron ze szpinakiem i serem ( na ciepło) 110 g wędlna 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> 3 490,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 124,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 550,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 153,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 99,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 40,2 <b>Sód [mg]</b> 3 655,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 37,3
4 dieta latwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Arbuz plaster 80 g	Galaretka owocowa 150 g	Zupa pomidorowa z ryżem zabelana 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczkii puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Makaron ze szpinakiem i serem ( na ciepło) 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 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> 3 002,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 108,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 482,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 167,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 78,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33,3 <b>Sód [mg]</b> 2 308,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 18,6
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlna 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 pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g Sos jarzynowy 60 g Kasza gryczana 160 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g Brukselka gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Makaron raz. ze szpinakami i serem (na ciepło) 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g wędlna 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> 2 492,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 122,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 335,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 54,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 88,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,8 <b>Sód [mg]</b> 3 642,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 52,7

2026-06-22 poniedziałek	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml Pasta z twarogu 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Galaretka owocowa 150 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Roladka ze schabu z włoszczyzną pieczona 120 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Makaron ryżowy z piersią drobiową i warzywami 100 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 130,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 115 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 481 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 162,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 73,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20,3 <b>Sód [mg]</b> 3 113,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 18,7
	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 miód porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Galaretka owocowa 150 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Ryba pieczona 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Makaron ryżowy z piersią drobiową i warzywami 300 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 850,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 82,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 452,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 144,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 64,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 17,6 <b>Sód [mg]</b> 2 815,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,5
2026-06-23 wtorek	1 Dieta podstawowa	Pieczony omlet z warzywami 100 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 82% 10 g Cukier saszetka 1 szt		Rośół z makaronem 300 ml Kurczak caprese pieczony 120 g Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g Paszтет 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g Ogórek kiszony 40 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 890,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 106 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 243 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 41,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 61 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,5 <b>Sód [mg]</b> 2 769,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,2
	1 dieta łatwostrawna	Pieczony omlet z warzywami 100 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata karbowana 10 g masło 82% 2 [Por] x 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa krem z marchwi 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Ryż 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g Paszтет 55 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 2 [Por] x 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 939,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 93,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 215,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 40,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 80,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,4 <b>Sód [mg]</b> 2 079,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 17,9

2026-06-23 wtorek	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omelet z warzywami 100 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek kiszony 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g	Kanapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200 g	Rosół z makaronem razowym 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Kasza bulgur 160 g Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g Paszтет 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 324,4 <b>Białko ogółem [g] 116,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 298,1</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 32,3</b> <b>Tłuszcz [g] 84,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30</b> <b>Sód [mg] 3 498</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 48,5</b>
	1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	pasta z białek jaja kurzego 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa krem z marchwi 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Ryż 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 280 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Ser biały 60 g Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 496,4 <b>Białko ogółem [g] 99,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 165,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 40,4</b> <b>Tłuszcz [g] 43,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,2</b> <b>Sód [mg] 1 284,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 17,6</b>
	2 Dieta podstawowa	Pieczony omelet z warzywami 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek kiszony 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 Jabłko 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Rośół z makaronem 300 ml Kurczak caprese pieczony 120 g Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g Paszтет 55 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 662,7 <b>Białko ogółem [g] 108,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 439,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 139,4</b> <b>Tłuszcz [g] 59,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21</b> <b>Sód [mg] 2 864,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 33,5</b>
	2 dieta łatwostrawna	Pieczony omelet z warzywami 100 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa krem z marchwi 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Ryż 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g Paszтет 55 g szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 579,6 <b>Białko ogółem [g] 93,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 429,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 147,2</b> <b>Tłuszcz [g] 58,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9</b> <b>Sód [mg] 2 248,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 23</b>

2026-06-23 wtorek	2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omelet z warzywami 100 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	Kanapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200 g	Rosół z makaronem razowym 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Kasza bulgur 160 g Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g Paszтет 55 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 377,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 117,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 315,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 46,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 83,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 28,5 <b>Sód [mg]</b> 3 543,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 51,5
	2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	pasta z białek jaja kurzego 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód 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 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Ryż 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 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 Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 363,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 113,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 355,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 95,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 49,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 15 <b>Sód [mg]</b> 1 813 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,4
	3 Dieta podstawowa	Pieczony omelet z warzywami 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek kiszony 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 Jabłko 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Rośół z makaronem 300 ml Kurczak caprese pieczony 120 g Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g Paszтет 55 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 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> 2 844,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 109,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 447,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 144,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 76,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32 <b>Sód [mg]</b> 2 937,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36,9
	3 dieta łatwostrawna	Pieczony omelet z warzywami 100 g Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa krem z marchwi 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Ryż 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g Paszтет 55 g szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 729,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 93,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 429,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 147,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 74,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,7 <b>Sód [mg]</b> 2 250,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23

2026-06-23 wtorek	3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omelet z warzywami 100 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 żółtym 200 g	Rosół z makaronem razowym 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Kasza bulgur 160 g Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Cukinia pieczona 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g Paszтет 55 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 543,6 <b>Białko ogółem [g] 118,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 318,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 49,2</b> <b>Tłuszcz [g] 99,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5</b> <b>Sód [mg] 3 548</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 52,4</b>
	3 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt pasta z białek jaja kurzego 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód 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 marchwi 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Ryż 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 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 Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 813,3 <b>Białko ogółem [g] 113,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 413,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 135,6</b> <b>Tłuszcz [g] 66,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7</b> <b>Sód [mg] 1 867,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 22,2</b>
	4 Dieta podstawowa	Pieczony omelet z warzywami 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek kiszony 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 Jabłko 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Rośół z makaronem 300 ml Kurczak caprese pieczony 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g Paszтет 55 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 884,6 <b>Białko ogółem [g] 109,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 457,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 154,5</b> <b>Tłuszcz [g] 76,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32</b> <b>Sód [mg] 2 937,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 36,9</b>
	4 dieta latwostrawna	Pieczony omelet z warzywami 100 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa krem z marchwi 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Ryż 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g szynka drobiowa 40 g Paszтет 55 g Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 769,2 <b>Białko ogółem [g] 93,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 439,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 157,4</b> <b>Tłuszcz [g] 74,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7</b> <b>Sód [mg] 2 250,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 23</b>

2026-06-23 wtorek	4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omelet z warzywami 100 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 żółtym 200 g	Rosół z makaronem razowym 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Kasza bulgur 160 g Sur. z kapusty czerwonej parzonej z jabłkiem 100 g Cukinia pieczona 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 140 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Paszтет 55 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> 2 543,6 <b>Białko ogółem [g] 118,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 318,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 49,2</b> <b>Tłuszcz [g] 99,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5</b> <b>Sód [mg] 3 548</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 52,4</b>
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt pasta z białek jaja kurzego 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt miód porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa krem z marchwi 300 ml Gulasz drobiowy duszony 220 g Ryż 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 280 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Ser biały 60 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 853,1 <b>Białko ogółem [g] 113,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 423,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 145,6</b> <b>Tłuszcz [g] 66,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7</b> <b>Sód [mg] 1 867,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 22,2</b>
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	jogurt bez laktozy 1 szt pasta wege 55 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Brzoskwinia 40 g Chleb bezglutenowy 60 g miód porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa krem z marchwi 300 ml Gulasz wegański z tofu 220 g Ryż 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Galeretka warzywna z kurczakiem 280 g Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta wege 55 g dżem porcja 1 szt Plastry pieczonych warzyw 80 g Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 294 <b>Białko ogółem [g] 93,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 375,1</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 127,1</b> <b>Tłuszcz [g] 44</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,9</b> <b>Sód [mg] 1 719,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 31,7</b>
2026-06-24 środa	1 Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml Ser żółty 30 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g Cukier saszetka 1 szt	Zupa brokułowa 300 ml Kotlet jajeczny smażony 150 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Pasta warzywna 80 g Jajko gotowane na twardo 0,5 szt wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g pomidor 30 g Ogórek kiszony 40 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 920,1 <b>Białko ogółem [g] 79,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 251</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 36,7</b> <b>Tłuszcz [g] 72,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5</b> <b>Sód [mg] 2 895,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 27,3</b>	

2026-06-24 środa

1 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml pasta jajeczna z tunczykiem 80 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt		Krupnik 300 ml Lazania ze szpinakiem i fetą 300 g Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Jajko gotowane na twardo 0,5 szt szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 957,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 86,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 279,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 38 <b>Tłuszcz [g]</b> 56,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,6 <b>Sód [mg]</b> 2 232 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 16,6
1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Ser żółty 30 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g	Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g	Zupa brokułowa 300 ml Pęczak z zielonymi warzywami 300 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna 80 g Jajko gotowane na twardo 0,5 szt wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g pomidor 30 g Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 953,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 74,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 287,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 41,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 65,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 27,3 <b>Sód [mg]</b> 3 103,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 44
1 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 Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt		Krupnik 300 ml Pierogi z serem podawane z jogurtem 250 g Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane bez żółtka 0,5 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Pasta warzywna 160 g Margaryna porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 053,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 94 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 275,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 64,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 58 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23 <b>Sód [mg]</b> 1 616,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 15,7
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 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	Zupa brokułowa 300 ml Kotlet jajeczny smażony 150 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Pasta warzywna 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 370,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 84,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 358,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 136,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 73,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,8 <b>Sód [mg]</b> 2 979,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,6

2026-06-24 środa

2 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml pasta jajeczna z tunczykiem 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	Krupnik 300 ml Lazania ze szpinakiem i fetą 300 g Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 487,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 90 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 412,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 154,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 56,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,7 <b>Sód [mg]</b> 2 389,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,8
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g	Zupa brokułowa 300 ml Pęczak z zielonymi warzywami 300 g Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g pomidor 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 885,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 78,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 290,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 44,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 55,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 25,7 <b>Sód [mg]</b> 3 129,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 44
2 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 dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Krupnik 300 ml Lazania ze szpinakiem i fetą 300 g Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pasta warzywna 160 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 417,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 92,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 392,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 134,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 48,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 16,2 <b>Sód [mg]</b> 2 126,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,1
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 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	Zupa brokułowa 300 ml Kotlet jajeczny smażony 150 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot 200 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Pasta warzywna 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g pomidor 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 520 <b>Białko ogółem [g]</b> 85 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 358,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 136,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 90,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,8 <b>Sód [mg]</b> 2 980,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,6

2026-06-24 środa

3 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml pasta twarogowa z tuńczykiem 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	Krupnik 300 ml Lazania ze szpinakiem i fetą 300 g Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 666,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 101,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 414,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 156 <b>Tłuszcz [g]</b> 74,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,2 <b>Sód [mg]</b> 2 186,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,8
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 Pomarańcza 70 g	Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g	Zupa brokułowa 300 ml Pęczak z zielonymi warzywami 300 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g pomidor 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 148,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 78,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 295,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 48 <b>Tłuszcz [g]</b> 82,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,4 <b>Sód [mg]</b> 3 181,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 45,6
3 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 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	Krupnik 300 ml Lazania ze szpinakiem i fetą 300 g Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 160 g Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Brzoskwinia 40 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 664 <b>Białko ogółem [g]</b> 92,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 399,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 139,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 64,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,4 <b>Sód [mg]</b> 2 165,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,5
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 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	Zupa brokułowa 300 ml Kotlet jajeczny smażony 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 559,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 85 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 368,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 146,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 90,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,8 <b>Sód [mg]</b> 2 981 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,6

2026-06-24 środa	4 dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml pasta jajeczna z tunczykiem 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	Krupnik 300 ml Lazania ze szpinakiem i fetą 300 g Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Jajko gotowane na twardo 1 szt Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 718,7 <b>Białko ogółem [g] 95,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 423</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 164,6</b> <b>Tłuszcz [g] 75,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5</b> <b>Sód [mg] 2 229,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 22,8</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	Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g	Zupa brokułowa 300 ml Pęczak z zielonymi warzywami 300 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Jajko gotowane na twardo 1 szt pomidor 40 g sałata karbowana 10 g Ogórek kiszony 40 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 148,4 <b>Białko ogółem [g] 78,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 295,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48</b> <b>Tłuszcz [g] 82,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4</b> <b>Sód [mg] 3 181,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 45,6</b>
	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 dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Krupnik 300 ml Lazania ze szpinakiem i fetą 300 g Brzoskwinia 40 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 160 g Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 674,3 <b>Białko ogółem [g] 92,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 402,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 144,1</b> <b>Tłuszcz [g] 64,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4</b> <b>Sód [mg] 2 163,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 22,1</b>
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	Platki jaglane 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 niegazowana 0,5 szpital 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml Placki bananowe b/glut lekkostrawne 300 g Brzoskwinia 40 g Wiśnie w żelu 25 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 160 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Tofu plastry 60 g woda szpital 1 szt Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 258,7 <b>Białko ogółem [g] 66,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 329,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 153,9</b> <b>Tłuszcz [g] 62,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4</b> <b>Sód [mg] 1 243,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 27,4</b>

2026-06-25 czwartek	1 Dieta podstawowa		Barszcz ukraiński 300 ml Pieczony udzik z kurczaka z pieczarkami 150 g Surówka z pora 100 g Kompot 200 ml Kasza kuskus 180 g	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 040,6 <b>Białko ogółem [g] 84</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 302,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 61,9</b> <b>Tłuszcz [g] 63,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9</b> <b>Sód [mg] 2 413,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 31,5</b>
	1 dieta łatwostrawna		Zupa krem z selera i cukinii 300 ml Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g Makaron spaghetti 160 g Dyńia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 2 [Por] x 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 946,6 <b>Białko ogółem [g] 80,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 256,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 54</b> <b>Tłuszcz [g] 71</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2</b> <b>Sód [mg] 2 875,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 17</b>
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g	Zupa krem z selera i cukinii 300 ml Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g Makaron razowy 160 g Surówka z pora 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 116,6 <b>Białko ogółem [g] 92,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 327,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 33,8</b> <b>Tłuszcz [g] 61,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1</b> <b>Sód [mg] 3 407,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 45,2</b>
	1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		Zupa krem z selera i cukinii 300 ml Pierś z indyka pieczona 100 g Kasza kuskus 180 g Dyńia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Plastry z indyka piezonego 40 g pasta z białek jaja kurzego 55 g Herbata bez cukru 200 g Margaryna porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 400,4 <b>Białko ogółem [g] 80,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 186,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 39,4</b> <b>Tłuszcz [g] 32,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,5</b> <b>Sód [mg] 1 899,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 13</b>

2026-06-25 czwartek	2 Dieta podstawowa	Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g 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	Chąłka drożdżowa 40 g	Barszcz ukraiński 300 ml Pieczony udzik z kurczaka z pieczarkami 150 g Surówka z pora 100 g Kompot 200 ml Kasza kuskus 180 g	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 575,3 <b>Białko ogółem [g] 96,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 419</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 153,6</b> <b>Tłuszcz [g] 68,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9</b> <b>Sód [mg] 2 631,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 36</b>
	2 dieta łatwostrawna	Pasta z twarogu z koperkiem 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Chąłka drożdżowa 40 g	Zupa krem z selera i cukinii 300 ml Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g Makaron spaghetti 160 g Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g 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> 2 259,1 <b>Białko ogółem [g] 91,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 368,3</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 137</b> <b>Tłuszcz [g] 54,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5</b> <b>Sód [mg] 3 179,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 20,1</b>
	2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g	Zupa krem z selera i cukinii 300 ml Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g Makaron razowy 160 g Surówka z pora 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110 g 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 218,6 <b>Białko ogółem [g] 101,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 345,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48,9</b> <b>Tłuszcz [g] 62,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3</b> <b>Sód [mg] 3 515,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 48,2</b>
	2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Pasta z twarogu 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 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	Chąłka drożdżowa 40 g	Zupa krem z selera i cukinii 300 ml Pierś z indyka pieczona 100 g Kasza kuskus 180 g Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Bułka wrocławska 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta z 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 Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 183,3 <b>Białko ogółem [g] 99,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 348,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 124,1</b> <b>Tłuszcz [g] 41,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,3</b> <b>Sód [mg] 2 482,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 16,7</b>

2026-06-25 czwartek

3 Dieta podstawowa	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g 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	Chąłka drożdżowa 40 g	Barszcz ukraiński 300 ml Pieczony udzik z kurczaka z pieczarkami 150 g Kasza kuskus 180 g Surówka z pora 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 818,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 102,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 432,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 160 <b>Tłuszcz [g]</b> 87 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34 <b>Sód [mg]</b> 2 701,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 38,3
3 dieta łatwostrawna	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 40 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mandarynka 1 szt	Chąłka drożdżowa 40 g	Zupa krem z selera i cukinii 300 ml Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g Makaron spaghetti 160 g Dyńa pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g 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> 2 468,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 95,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 374,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 141,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 72,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,7 <b>Sód [mg]</b> 3 244,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,1
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g	Zupa krem z selera i cukinii 300 ml Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g Makaron razowy 160 g Surówka z pora 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110 g 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 461,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 107,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 359 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 55,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 81,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,6 <b>Sód [mg]</b> 3 585,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 50,5
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 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	Chąłka drożdżowa 40 g	Zupa krem z selera i cukinii 300 ml Pierś z indyka pieczona 100 g Kasza kuskus 180 g Dyńa pieczona 100 g Kompot 200 ml	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 Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 489,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 103,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 361,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 134,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 59,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,9 <b>Sód [mg]</b> 2 584,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 17

2026-06-25 czwartek

4 Dieta podstawowa	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g 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	Chąłka drożdżowa 40 g	Barszcz ukraiński 300 ml Pieczony udzik z kurczaka z pieczarkami 150 g Kasza kuskus 180 g Surówka z pora 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 858 <b>Białko ogółem [g]</b> 102,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 442,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 170 <b>Tłuszcz [g]</b> 87 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34 <b>Sód [mg]</b> 2 701,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 38,3
4 dieta łatwostrawna	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt dżem 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 krem z selera i cukinii 300 ml Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g Makaron spaghetti 160 g Dyńa pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g 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> 2 508,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 95,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 384,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 151,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 72,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,7 <b>Sód [mg]</b> 3 244,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,1
4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt	Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g	Zupa krem z selera i cukinii 300 ml Sos boloński lekkostrawny wp duszony 220 g Makaron razowy 160 g Surówka z pora 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110 g 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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 461,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 107,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 359 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 55,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 81,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,6 <b>Sód [mg]</b> 3 585,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 50,5
4-łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu 80 g Plastry ze schabu pieczonego 60 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	Chąłka drożdżowa 40 g	Zupa krem z selera i cukinii 300 ml Pierś z indyka pieczona 100 g Kasza kuskus 180 g Dyńa pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Plastry z indyka pieczonego 40 g pasta z białek jaja kurzego 80 g 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> 2 500,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 103,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 364,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 138,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 59,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,9 <b>Sód [mg]</b> 2 581,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 16,7

2026-06-25 czwartek	Dieta dla kobiet z endometriozą.	jogurt bez laktozy 1 szt Tofu plastry 60 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Brzoskwinia 40 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Wafle kukurydziane 40 g	Zupa krem z selera i cukinii 300 ml Pomidory faszerowane warzywami i komosą ryżową 3 szt Dyńa pieczona 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem 110 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 944,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 46,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 276,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 127,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 59,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,4 <b>Sód [mg]</b> 1 454,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 25,4
2026-06-26 piątek	1 Dieta podstawowa	Ryż na mleku 300 ml Ser żółty 30 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa krem z marchwi z grzankami 300 ml Ryba panierowana w ziołach 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 0,5 szt Paszтет 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g Ogórek kiszony 40 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 092,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 88,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 270,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 37,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 79 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 28,5 <b>Sód [mg]</b> 3 080,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,7
2026-06-26 piątek	1 dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 300 ml Ser biały 60 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g masło 82% 2 [Por] x 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa warzywna z pomidorami 300 ml Pulpet z ryby 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g Kompot 200 ml sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml	Jajko gotowane na twardo 0,5 szt Paszтет 55 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 2 [Por] x 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 962,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 88,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 237,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 47,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 75,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,1 <b>Sód [mg]</b> 2 065,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 17,6
2026-06-26 piątek	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Ser żółty 30 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g	Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml Pulpet z ryby 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml	Jajko gotowane na twardo 0,5 szt Paszтет 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 038,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 92,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 273,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 33,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 73,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 28,5 <b>Sód [mg]</b> 3 596,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 43,8

2026-06-26 piątek

1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku 300 ml Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa warzywna z pomidorami 300 ml Pulpet z ryby 100 g sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane bez żółtka 0,8 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Ser biały 60 g Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 776,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 98 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 224,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 39,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 48,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 14,7 <b>Sód [mg]</b> 1 574 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 16,1
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 Pomarańcza 70 g Ryż na mleku 300 ml	Herbatniki 2 szt	Zupa krem z marchwi z grzankami 300 ml Ryba panierowana w ziołach 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt Paszтет 55 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> 3 312,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 109,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 506,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 183,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 101,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 30,6 <b>Sód [mg]</b> 3 753,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,4
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 Banan 1 szt Ryż na mleku 300 ml	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml Pulpet z ryby 100 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt Paszтет 55 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> 2 266,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 89,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 363,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 159 <b>Tłuszcz [g]</b> 54,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20,2 <b>Sód [mg]</b> 2 215,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,9
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml Pulpet z ryby 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot bez cukru 200 ml sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt Paszтет 55 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> 2 082,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 96,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 281,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 39,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 73,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 27,6 <b>Sód [mg]</b> 3 672,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 45,3

2026-06-26 piątek

2 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku 300 ml Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 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	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml Pulpet z ryby 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 138,4 <b>Białko ogółem [g] 90,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 329,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 131,6</b> <b>Tłuszcz [g] 46</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13</b> <b>Sód [mg] 1 622,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 19,9</b>
3 Dieta podstawowa	Ryż 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 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	Herbatniki 2 szt	Zupa krem z marchwi z grzankami 300 ml Ryba panierowana w ziołach 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Bukiet warzyw 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt Paszтет 55 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 498,9 <b>Białko ogółem [g] 112,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 513,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 185,9</b> <b>Tłuszcz [g] 118,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,6</b> <b>Sód [mg] 3 774,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 36</b>
3 dieta latwostrawna	Ryż 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 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	Herbatniki 2 szt	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml Pulpet z ryby 100 g Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g Kompot 200 ml sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt Paszтет 55 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Rukola 5 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 277,2 <b>Białko ogółem [g] 113,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 500,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 210,6</b> <b>Tłuszcz [g] 95,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7</b> <b>Sód [mg] 2 651,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 23,4</b>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200 g	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml Pulpet z ryby 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kalafior gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt Paszтет 55 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 256,5 <b>Białko ogółem [g] 98,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 286</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 41,7</b> <b>Tłuszcz [g] 90,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6</b> <b>Sód [mg] 3 695</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 47,5</b>

2026-06-26 piątek

3 latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku 300 ml Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 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	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml Pulpet z ryby 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser biały 60 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 466,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 108,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 330,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 135,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 65,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,5 <b>Sód [mg]</b> 1 705,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,5
4 Dieta podstawowa	Ryż 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 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	Herbatniki 2 szt	Zupa krem z marchwi z grzankami 300 ml Ryba panierowana w ziołach 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Bukiet warzyw 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt Paszтет 55 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g Rukola 5 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 538,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 112,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 523,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 195,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 118,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 41,6 <b>Sód [mg]</b> 3 774,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36
4 dieta latwostrawna	Ryż 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 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	Herbatniki 2 szt	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml Pulpet z ryby 100 g sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt Plastry ze schabu pieczonego 60 g Paszтет 55 g Pomidor sparzony 80 g Rukola 5 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 317,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 113,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 510,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 220,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 95,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,7 <b>Sód [mg]</b> 2 652 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,4
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 szynką 200 g	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml Pulpet z ryby 100 g sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kalafior gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Paszтет 55 g pomidor 40 g Rukola 5 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 256,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 98,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 286 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 41,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 90,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 38,6 <b>Sód [mg]</b> 3 695 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 47,5

2026-06-26 piątek	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku 300 ml Ser biały 60 g Plastry ze schabu pieczonego 60 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	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml Pulpet z ryby 100 g sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Ser biały 60 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> 2 464,8 <b>Białko ogółem [g] 100,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 341,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 143,6</b> <b>Tłuszcz [g] 64,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1</b> <b>Sód [mg] 1 685,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 19,9</b>
	Dieta dla kobiet z endometriozą.	Ryż na mleku roślinnym 300 g pasta wege 55 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g Cukier saszetka 1 szt	Mus z jabłka i brzoskwini 180 ml	Zupa warzywna z pomidorami 300 ml Ryba pieczona 100 g sos pietruszkowy z mlekiem roślinnym 60 ml Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Placki z mango b/glut lekkostrawne 300 g Wiśnie w żelu 25 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 314,4 <b>Białko ogółem [g] 71,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 331,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 140,9</b> <b>Tłuszcz [g] 64,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6</b> <b>Sód [mg] 1 298,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 26,3</b>
2026-06-27 sobota	1 Dieta podstawowa	Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 100 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 30 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło 82% 10 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa kapuśniak 300 ml Eskalopki drobiowe w sosie musztardowym 200 g Kasza bulgur 160 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g Kompot 200 ml	Parówki z keczupem 100 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30 g Ser żółty 30 g pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 200,4 <b>Białko ogółem [g] 96,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 257,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 41,7</b> <b>Tłuszcz [g] 93,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4</b> <b>Sód [mg] 2 831,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 27,6</b>
	1 dieta łatwostrawna	Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 100 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Udka z kurczaka pieczone 150 g Ryż 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Parówki z keczupem 100 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 Ser biały 60 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 960,1 <b>Białko ogółem [g] 89</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 228,1</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 55,9</b> <b>Tłuszcz [g] 78,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6</b> <b>Sód [mg] 2 004,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 15,1</b>

2026-06-27 sobota

1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omlęt ze szpinakiem i cukinią 100 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 30 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g	Zupa kapuśniak 300 ml Udko z kurczaka pieczone 150 g Kasza bulgur 160 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Parówki z keczupem 100 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30 g pomidor 60 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło 82% 10 g Herbata bez cukru 200 g Ser żółty 30 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 306,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 103,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 279,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 28,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 95,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,2 <b>Sód [mg]</b> 3 213,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 45,4
1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ser biały 120 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 krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Schab wp pieczony 100 g Ryż 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Lekkostrawne leczo z piersią kurczaka i ziemniakami 100 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Margaryna porcja 1 szt Bułka wrocławska 80 g Herbata bez cukru 200 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 728,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 87,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 231,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 57 <b>Tłuszcz [g]</b> 44,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 14,4 <b>Sód [mg]</b> 1 626,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 17,4
2 Dieta podstawowa	Pieczony omlęt 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 dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Arbuz plaster 80 g	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Zupa kapuśniak 300 ml Eskalopki drobiowe w sosie musztardowym 200 g Kasza bulgur 160 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g Kompot 200 ml	Parówki z keczupem 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser żółty 30 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 681,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 105,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 369,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 132,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 93 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,5 <b>Sód [mg]</b> 2 959,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,9
2 dieta łatwostrawna	Pieczony omlęt ze szpinakiem i cukinią 100 g szynka drobiowa 50 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 Arbuz plaster 80 g	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Udko z kurczaka pieczone 150 g Ryż 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Parówki z keczupem 100 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 Ser biały 60 g Ser biały 60 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 526,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 105,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 349,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 148,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 80,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,7 <b>Sód [mg]</b> 2 262,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 16,5

2026-06-27 sobota	2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Arbuz plaster 80 g	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g	Zupa kapuśniak 300 ml Udko z kurczaka pieczone 150 g Ryż 180 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Parówki z keczupem 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser żółty 30 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 347,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 108 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 289,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 32,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 93,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,7 <b>Sód [mg]</b> 3 356,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 43,6
	2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ser biały 120 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	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Schab wp pieczony 100 g Ryż 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Lekkostrawne leczo z piersią kurczaka i ziemniakami 100 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 z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Ser biały 60 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 289,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 101,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 347,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 145,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 49,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 16 <b>Sód [mg]</b> 1 706,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 18,4
	3 Dieta podstawowa	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Arbuz plaster 80 g	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Zupa kapuśniak 300 ml Eskalopki drobiowe w sosie musztardowym 200 g Kasza bulgur 160 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g Brokuł gotowany 100 g Kompot 200 ml	Parówki z keczupem 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser żółty 30 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 860 <b>Białko ogółem [g]</b> 108,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 374,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 134,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 109,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 43,6 <b>Sód [mg]</b> 2 967,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,2
	3 dieta łatwostrawna	Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g Pomidor sparzony 80 g szynka drobiowa 50 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 Arbuz plaster 80 g	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Udko z kurczaka pieczone 150 g Ryż 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Parówki z keczupem 100 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 Ser biały 60 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 606,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 96,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 347 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 146,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 95 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 39 <b>Sód [mg]</b> 2 238,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 16,5

2026-06-27 sobota

3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczone omelet 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 Arbuz plaster 80 g	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g	Zupa kapuśniak 300 ml Udko z kurczaka pieczone 150 g Kasza bulgur 160 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g Brokuł gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Parówki z keczupem 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ser żółty 30 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 508,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 110,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 289,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 35,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 111,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 46,9 <b>Sód [mg]</b> 3 363,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 48,2
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ser biały 120 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	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Schab wp pieczone 100 g Ryż 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml Sos jarzynowy 60 g	Łekkostrawne leczo z piersią kurczaka i ziemniakami 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 Ser biały 60 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 456 <b>Białko ogółem [g]</b> 93,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 343,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 143,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 65 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,3 <b>Sód [mg]</b> 1 571,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 16,5
4 Dieta podstawowa	Pieczone omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g wędlina wieprzowo-drobiowa 50 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Arbuz plaster 80 g	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Zupa kapuśniak 300 ml Eskalopki drobiowe w sosie musztardowym 200 g Kasza bulgur 160 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g Brokuł gotowany 100 g Kompot 200 ml	Parówki z keczupem 100 g Ser żółty 30 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 80 g sałata karbowana 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 900 <b>Białko ogółem [g]</b> 108,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 384,6 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 144,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 109,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 43,6 <b>Sód [mg]</b> 2 967,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,2
4 dieta łatwostrawna	Pieczone omelet ze szpinakiem i cukinią 100 g szynka drobiowa 50 g Pomidor sparzony 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Arbuz plaster 80 g	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Udko z kurczaka pieczone 150 g Sos jarzynowy 60 g Ryż 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Parówki z keczupem 100 g Ser biały 60 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 646,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 96,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 356,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 156,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 95 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 39 <b>Sód [mg]</b> 2 238,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 16,5

2026-06-27 sobota	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 Arbuz plaster 80 g	Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200 g	Zupa kapuśniak 300 ml Udko z kurczaka pieczone 150 g Sos jarzynowy 60 g Kasza bulgur 160 g surówka z białej rzepy z majonezem 100 g Brokuł gotowany 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Parówki z keczupem 100 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> 2 508,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 110,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 289,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 35,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 111,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 46,9 <b>Sód [mg]</b> 3 363,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 48,2
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ser biały 120 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	Budyń waniliowy na mleku 180 ml	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Schab wp pieczony 100 g Sos jarzynowy 60 g Ryż 180 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Lekkostrawne leczko z piersią kurczaka i ziemniakami 100 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Ser biały 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 575,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 102 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 364,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 161,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 65,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,4 <b>Sód [mg]</b> 1 745,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 18,8
	Dieta dla kobiet z endometrioza.	serek wiejski b/laktozy 1 szt Tofu plastry 60 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Wafle ryżowe 40 g	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Cukinia faszerowana ryżem i warzywami 1 Por Sos jarzynowy 60 g Buraczki puree 150 g Kompot 200 ml	Lekkostrawne leczko 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 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 261,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 71,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 293,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 135,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 76,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 24 <b>Sód [mg]</b> 2 401,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,7
	2026-06-28 niedziela	1 Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml Pasta z twarogu i łososia 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Cukier saszetka 1 szt		Zupa kalafiorowa 300 ml Schab w panierce serowej 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Ogórek kiszony 40 g Jajko gotowane na twardo 0,5 szt Cukier saszetka 1 szt

2026-06-28 niedziela

1 dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml Pasta z twarogu i lososia 80 g szynka drobiowa 2 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g sałata 10 g masło 82% 2 [Por] x 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt		Barszcz czerwony zabieleny 300 ml Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g Kasza kuskus 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt Pasta warzywna z cukinią 80 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło 82% 2 [Por] x 10 g Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 057,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 93 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 244,4 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 39,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 79 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,5 <b>Sód [mg]</b> 2 049,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19,3
1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu i lososia 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Herbata bez cukru 200 g	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa kalafiorowa 300 ml Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g Ryż brązowy 160 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot bez cukru 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g Jajko gotowane na twardo 0,5 szt wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g pomidor 30 g Ogórek kiszony 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g Produkt tłuszczowy do smarowania 15 g Herbata bez cukru 200 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 830,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 75,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 253,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 31 <b>Tłuszcz [g]</b> 65,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 17,9 <b>Sód [mg]</b> 2 548,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 41,7
1 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Pasta z twarogu 80 g Plastry z indyka piezonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Płatki owsiane na mleku 300 ml Cukier saszetka 1 szt		Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Ryż 180 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml Pierś z kurczaka pieczona 100 g Cukinia pieczona 100 g	Plastry ze schabu piezonego 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> 1 796,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 96,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 232 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 37,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 52,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 11,3 <b>Sód [mg]</b> 1 996,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 15,2
2 Dieta podstawowa	Pasta z twarogu i lososia 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Ciasto drożdżowe 40 g	Ziemniaki gotowane 200 g Zupa kalafiorowa 300 ml Schab w panierce serowej 120 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g Rukola 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g Jajko gotowane na twardo 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 252,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 96,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 335,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 119,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 65 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 27,4 <b>Sód [mg]</b> 3 329,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30,4

2026-06-28 niedziela

2 dieta łatwostrawna	Pasta z twarogu i lososia 80 g szynka drobiowa 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Ciasto drożdżowe 40 g	Barszcz czerwony zabieleny 300 ml Kasza kuskus 180 g Kompot 200 ml Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g Cukinia pieczona 100 g	szynka drobiowa 40 g Rukola 10 g Pomidor sparzony 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jajko gotowane na twardo 1 szt Pasta warzywna z cukinią 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 177 <b>Białko ogółem [g] 85,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 341,5</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 136,2</b> <b>Tłuszcz [g] 53,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8</b> <b>Sód [mg] 2 223,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 21,2</b>
2 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu i lososia 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa kalafiorowa 300 ml Ryż brązowy 160 g Surówka Coleslaw 100 g Kompot bez cukru 200 ml Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g	Pasta warzywna z cukinią 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g Rukola 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Ogórek kiszony 40 g Jajko gotowane na twardo 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 867,2 <b>Białko ogółem [g] 83,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 262,7</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 38</b> <b>Tłuszcz [g] 63,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2</b> <b>Sód [mg] 2 601,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 43,3</b>
2 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Pasta z twarogu i lososia 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 1 szt Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Ciasto drożdżowe 40 g	Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Ryż 180 g Kompot 200 ml Sos koperkowy 60 ml Pierś z kurczaka pieczona 100 g Cukinia pieczona 100 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 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pasta warzywna z cukinią 160 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 116,6 <b>Białko ogółem [g] 86,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 320,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 119,6</b> <b>Tłuszcz [g] 48,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,9</b> <b>Sód [mg] 2 307,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 18,4</b>
3 Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml Pasta z twarogu i lososia 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Ciasto drożdżowe 40 g	Zupa kalafiorowa 300 ml Schab w panierce serowej 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka Coleslaw 100 g Marchewka z groszkiem 120 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g Rukola 10 g Pieczywo mieszane 130 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 1 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jajko gotowane na twardo 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 582,4 <b>Białko ogółem [g] 109,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 383,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 125</b> <b>Tłuszcz [g] 75,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7</b> <b>Sód [mg] 3 571</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 36,6</b>

2026-06-28 niedziela

3 dieta łatwostrawna	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml                  Pasta z twarogu i lososia 80 g                  Plastry pieczonych warzyw 80 g                  szynka drobiowa 40 g                  sałata 10 g                  Bułka wrocławska 32 g                  kajzerka 1 szt                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Banan 1 szt</p>	Ciasto drożdżowe 40 g	<p>Barszcz czerwony zabieleny 300 ml                  Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g                  Kasza kuskus 180 g                  Cukinia pieczona 100 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g                  Jajko gotowane na twardo 1 szt                  szynka drobiowa 40 g                  Rukola 10 g                  Pomidor sparzony 80 g                  Bułka wrocławska 80 g                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 539,4  <b>Białko ogółem [g] 95,9</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 372</b>  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 138,4</b>  <b>Tłuszcz [g] 76,2</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2</b>  <b>Sód [mg] 2 227,3</b>  <b>Błonnik pokarmowy [g] 23,2</b></p>
3 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>jogurt 100 1 szt                  Pasta z twarogu i lososia 80 g                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g                  sałata 10 g                  Chleb razowy 140 g                  masło porcja 10g 2 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pomarańcza 70 g</p>	Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	<p>Zupa kalafiorowa 300 ml                  Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g                  Ryż brązowy 160 g                  Surówka Coleslaw 100 g                  Cukinia pieczona 100 g                  Kompot bez cukru 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g                  pomidor 40 g                  Ogórek kiszony 40 g                  Rukola 10 g                  Chleb razowy 140 g                  masło porcja 10g 2 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Jajko gotowane na twardo 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 033,3  <b>Białko ogółem [g] 84,8</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 266</b>  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 40,5</b>  <b>Tłuszcz [g] 79,7</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2</b>  <b>Sód [mg] 2 606,6</b>  <b>Błonnik pokarmowy [g] 44,2</b></p>
3 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml                  Pasta z twarogu i lososia 80 g                  Plastry z indyka pieczonego 40 g                  Plastry pieczonych warzyw 80 g                  Bułka wrocławska 32 g                  kajzerka 1 szt                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 2 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Brzoskwinia 40 g</p>	Ciasto drożdżowe 40 g	<p>Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml                  Ryż 180 g                  Kompot 200 ml                  Sos koperkowy 60 ml                  Pierś z kurczaka pieczona 100 g                  Cukinia pieczona 100 g</p>	<p>Jajko gotowane bez żółtka 1 szt                  Plastry ze schabu pieczonego 60 g                  Plastry pieczonych warzyw 80 g                  Bułka wrocławska 80 g                  dżem porcja 1 szt                  Cukier saszetka 1 szt                  Margaryna porcja 2 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt                  Pasta warzywna z cukinią 160 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 565,5  <b>Białko ogółem [g] 101,1</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 351,3</b>  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 121,7</b>  <b>Tłuszcz [g] 71,1</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5</b>  <b>Sód [mg] 2 425,4</b>  <b>Błonnik pokarmowy [g] 20,4</b></p>
4 Dieta podstawowa	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml                  Pasta z twarogu i lososia 80 g                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g                  papryka 40 g                  Ogórek plastry 40 g                  sałata 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g                  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</p>	Ciasto drożdżowe 40 g	<p>Zupa kalafiorowa 300 ml                  Schab w panierce serowej 120 g                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Surówka Coleslaw 100 g                  Marchewka z groszkiem 120 g                  Kompot 200 ml</p>	<p>Pasta warzywna z cukinią 80 g                  Jajko gotowane na twardo 1 szt                  wędlina                  wieprzowo-drobiowa 40 g                  pomidor 40 g                  Ogórek kiszony 40 g                  Rukola 10 g                  Pieczywo mieszane 130 g                  dżem porcja 1 szt                  masło porcja 10g 2 szt                  Cukier saszetka 2 szt                  Herbata bez cukru 200 g                  woda szpital 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b>                  2 772  <b>Białko ogółem [g] 109,8</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 393,3</b>  <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 135,2</b>  <b>Tłuszcz [g] 92,1</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,7</b>  <b>Sód [mg] 3 572,8</b>  <b>Błonnik pokarmowy [g] 36,6</b></p>

2026-06-28 niedziela	4 dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml Pasta z twarogu i lososia 80 g szynka drobiowa 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Ciasto drożdżowe 40 g	Barszcz czerwony zabieleny 300 ml Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g Kasza kuskus 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane na twardo 1 szt Pasta warzywna z cukinią 80 g szynka drobiowa 40 g Pomidor sparzony 80 g Rukola 10 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 579,3 <b>Białko ogółem [g] 95,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 382</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 148,3</b> <b>Tłuszcz [g] 76,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2</b> <b>Sód [mg] 2 227,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 23,2</b>
	4 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta z twarogu i lososia 80 g wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 40 g sałata 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pomarańcza 70 g	Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150 g	Zupa kalafiorowa 300 ml Pieczeń mięsna wp ze szpinakiem 120 g Ryż brązowy 160 g Surówka Coleslaw 100 g Cukinia pieczona 100 g Kompot bez cukru 200 ml	wędlina wieprzowo-drobiowa 40 g Pasta warzywna z cukinią 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt pomidor 40 g Ogórek kiszony 40 g Rukola 10 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 033,3 <b>Białko ogółem [g] 84,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 266</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 40,5</b> <b>Tłuszcz [g] 79,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2</b> <b>Sód [mg] 2 606,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 44,2</b>
	4 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 300 ml Pasta z twarogu i lososia 80 g Plastry z indyka pieczonego 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 32 g kajzerka 1 szt dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Ciasto drożdżowe 40 g	Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Piersz z kurczaka pieczona 100 g Sos koperkowy 60 ml Ryż 180 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Jajko gotowane bez żółtka 1 szt Pasta warzywna z cukinią 160 g Plastry ze schabu pieczonego 60 g Plastry pieczonych warzyw 80 g Bułka wrocławska 80 g dżem porcja 1 szt Cukier saszetka 2 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 605,4 <b>Białko ogółem [g] 101,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 361,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 131,7</b> <b>Tłuszcz [g] 71,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5</b> <b>Sód [mg] 2 425,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 20,4</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 dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Cukier saszetka 1 szt	Jabłko pieczone z żurawiną 1 szt	Barszcz czerwony bezmleczny 300 ml Placki warzywne pieczone 300 g Sos koperkowy 60 ml Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna z cukinią 160 g Piersz z indyka pieczona 100 g Plastry pieczonego buraka 80 g Chleb bezglutenowy 60 g dżem porcja 1 szt Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Tofu plastry 60 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 335,2 <b>Białko ogółem [g] 82,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 314,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 140,1</b> <b>Tłuszcz [g] 71,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1</b> <b>Sód [mg] 1 980,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 31,6</b>

2026-06-29 poniedziałek	1 Dieta podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g sałata 10 g Pieczywo mieszane 130 g Herbata bez cukru 200 g masło porcja 10g 20 szt Cukier saszetka 1 szt	Zupa fasolowa 300 ml Gulasz węgierski duszony 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 10g 20 szt 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> 4 899,9 <b>Białko ogółem [g] 99,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 305,2</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 44,3</b> <b>Tłuszcz [g] 370,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 229</b> <b>Sód [mg] 2 580,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 32,8</b>	
	1 dieta łatwostrawna	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata 10 g masło porcja 10g 20 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	Paszтет 55 g Makaron z serem i brzoskwiniami 110 g szynka drobiowa 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor sparzony 60 g masło porcja 10g 20 szt Bułka wrocławska 80 g Herbata bez cukru 200 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 4 647,9 <b>Białko ogółem [g] 92,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 249,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 46,5</b> <b>Tłuszcz [g] 366,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 227,2</b> <b>Sód [mg] 2 394,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 19,7</b>	
	1 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 100 1 szt Pasta jajeczna z natką pietruszki 55 g wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40 g papryka 40 g Ogórek plastry 30 g szpinak 5 g Chleb razowy 140 g masło porcja 10g 20 szt Herbata bez cukru 200 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 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 10g 20 szt Herbata bez cukru 200 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 4 928,6 <b>Białko ogółem [g] 106,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 309,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 43,3</b> <b>Tłuszcz [g] 372,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 229,2</b> <b>Sód [mg] 2 914,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 44,2</b>
	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	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 743,5 <b>Białko ogółem [g] 90,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 235,8</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 43,4</b> <b>Tłuszcz [g] 43,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,7</b> <b>Sód [mg] 1 903,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 21,3</b>	

2026-06-29 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 Gulasz węgierski duszony 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> 2 689,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 103,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 448,3 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 166,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 60,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,3 <b>Sód [mg]</b> 2 715,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36,2
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 Melon plaster 80 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> 2 433,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 93,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 399,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 169,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 54,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20,1 <b>Sód [mg]</b> 2 559,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21,7
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> 2 404,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 97,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 394,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 167,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 44,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 13,3 <b>Sód [mg]</b> 2 046 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,7

2026-06-29 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 dzem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Melon plaster 80 g	Galaretka owocowa 150 g	Zupa fasolowa 300 ml Gulasz węgierski duszony 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 dzem 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> 2 855,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 104 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 452,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 169,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 76,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33,3 <b>Sód [mg]</b> 2 727,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36,6
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 dzem porcja 1 szt masło porcja 10g 2 szt Cukier saszetka 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Melon plaster 80 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 dzem 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> 2 582,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 93,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 399,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 169,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 30,9 <b>Sód [mg]</b> 2 562,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21,6
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 dzem 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 dzem 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> 2 621,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 97,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 394,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 168 <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

2026-06-29 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 plaster 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 Melon plaster 80 g	Galaretka owocowa 150 g	Zupa fasolowa 300 ml Gulasz węgierski duszony 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> 2 895,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 104 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 462,1 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 179,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 76,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33,3 <b>Sód [mg]</b> 2 727,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36,6
	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 Melon plaster 80 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	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> 2 622,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 93,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 409,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 179,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 30,9 <b>Sód [mg]</b> 2 562,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21,6
	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 plaster 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	Galaretka 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> 2 695,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 97,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 404,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 177,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 63,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20,8 <b>Sód [mg]</b> 2 105 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,8

2026-06-29 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> 2 576,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 57,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 421,5 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 171,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 61,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,4 <b>Sód [mg]</b> 1 274,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,3
2026-06-30 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 10g 20 szt 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 10g 20 szt Ogórek kiszony 40 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 4 733,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 100,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 251,9 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 44,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 375 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 228,6 <b>Sód [mg]</b> 2 873,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,4
2026-06-30 wtorek	1 dieta łatwostrawna pasta jajeczna z tunczykiem 80 g szynka drobiowa 2 40 g Pomidor sparzony 60 g sałata karbowana 10 g masło porcja 10g 20 szt 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 10g 20 szt Herbata bez cukru 200 g Bułka wrocławska 80 g Cukier saszetka 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 4 473,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 92 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 224 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 51,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 359,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 226,4 <b>Sód [mg]</b> 2 154,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,7
2026-06-30 wtorek	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 10g 20 szt 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 10g 20 szt Herbata bez cukru 200 g Ogórek kiszony 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 5 048 <b>Białko ogółem [g]</b> 110,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 311,7 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 35,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 383,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 234,9 <b>Sód [mg]</b> 4 327,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 50,8

2026-06-30 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> 1 505,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 90,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 193,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 63,8 <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> 2 403,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 104,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 360,2 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 133 <b>Tłuszcz [g]</b> 66,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,8 <b>Sód [mg]</b> 2 972,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,1</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 Salatka 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> 2 190 <b>Białko ogółem [g]</b> 94,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 350,8 <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 149,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 50 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20,4 <b>Sód [mg]</b> 2 331 <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>

2026-06-30 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> 2 229,4 <b>Białko ogółem [g] 108,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 343</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 153,8</b> <b>Tłuszcz [g] 44,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7</b> <b>Sód [mg] 2 283,9</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> 2 669,5 <b>Białko ogółem [g] 108,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 377,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 136,8</b> <b>Tłuszcz [g] 87,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4</b> <b>Sód [mg] 3 214,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 36,1</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> 2 339,6 <b>Białko ogółem [g] 94,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 350,9</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 149,7</b> <b>Tłuszcz [g] 66,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3</b> <b>Sód [mg] 2 332,8</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>

2026-06-30 wtorek

3 latwostrawna 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> 2 541,2 <b>Białko ogółem [g] 110,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 356,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 152,1</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> 2 749,3 <b>Białko ogółem [g] 108,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 397,4</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 156,8</b> <b>Tłuszcz [g] 87,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4</b> <b>Sód [mg] 3 214,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 36,1</b>
4 dieta latwostrawna	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> 2 379,5 <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>
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>

2026-06-30 wtorek	4-latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100 1 szt pasta z białek jaja kurzego 80 g Plastry z indyka piezonego 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 piezonego 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> 2 581 <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>
	Dieta dla kobiet z endometrioza.	jogurt bez laktozy 1 szt pasta wege 55 g Plastry z indyka piezonego 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 piezonego 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> 2 120,7 <b>Białko ogółem [g] 94,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 337,6</b> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 141,9</b> <b>Tłuszcz [g] 41</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,3</b> <b>Sód [mg] 2 055,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 33,6</b>