Poniedziałek 23.11.2026

Rodzaj diety	Śniadanie	2 śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza
Podstawowa	Kasza manna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna1szt, mix 15g, szynka kons wp 70g , ogórek 100g,		Barszcz zabielany 400ml, ziemniaki 200g, gotowana kiełbasa suwalska na kapuście 90/250g, kompot 200ml,		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g, twarożek ziołowy z cebulką, śmietaną i szczypiorem 70g, pomidor 100g, jogurt owocowy1szt	Energia 2279,9kcal Białko 89,3g Tłuszcz 72,5g Węglowodany 335,7g Nasycone kw. Tł 21,6g Błonnik 32,7g Sód 1,3g Cukry 77,9g
Łatwostrawna	Kasza manna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, szynka kons wp 70g, ogórek 100g		Barszcz zabielany 400ml, gotowana farszynka indycza 90g w sosie pomidorowym, ziemniaki 200g, surówka z marchewki 150g, kompot 200ml,		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g ser biały 70g, pomidor 100g, jogurt owocowy1szt	Energia 2128kcal Białko 90,3g Tłuszcz 68,9g Węglowodany 286,7g Nasycone kw. Tł 19,7g Błonnik 33g Sód 1,4g Cukry 71,8g
Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych	Kasza manna na bulionie warzywno- mięsnym 300ml, kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g,mix tł. 15g, szynka kons wp 70g, ogórek 100g,	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz bez śmietany 400ml, gotowana farszynka indycza 90g w sosie pomidorowym, ziemniaki 200g, surówka z marchewki 200g, kompot 200ml,	Chleb razowy 30g Jajko 1szt	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, ser biały 70g, pomidor 100g, jogurt naturalny 1szt	Energia 2298kcal Białko 94,3g Tłuszcz 69,7g Węglowodany 205,5g Nasycone kw. Tł 18,4g Błonnik 37g Sód 1,2g Cukry 52,8g
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, szynka kons wp 70g, jabłko gotowane 100g		Barszcz 400ml, gotowana farszynka indycza 90g w sosie pomidorowym, ziemniaki 200g, marchewka gotowana 150g, kompot 200ml,		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, ser biały 70g, pomidor 100g,jogurt owocowy 1szt	Energia 2158kcal Białko 85,4g Tłuszcz 62g Węglowodany 314,6g Nasycone kw. Tł 16,1g Błonnik 35g Sód 1g Cukry 69,5g

Wykaz alergenów:

Mleko (łącznie z laktozą)- kasza manna na mleku, mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem , barszcz czerwony, ryż na mleku, kiełbasa suwalska,jogurt naturalny, jogurt owocowy

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, kawa zbożowa, kiełbasa suwalska, sos ogrodowy, farszynka

Seler-barszcz czerwony, sos ogrodowy, kasza manna na bulionie warzywnym

Soja i produkty pochodne- sos ogrodowy,

Gorczyca-, sos ogrodowy, kiełbasa suwalska,

Jaja- farszynka

Wtorek 24.11.2026

Rodzaj diety	Śniadanie	2 śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza
Podstawowa	Ryż na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna1szt, mix 15g, szynka kons wp 70g, gruszka 100g,		Pomidorowa z makaronem 400ml, kasza jęczmienna 160g, frykadelka wp duszona 90g, sur. z kiszonej kapusty 200g, kompot 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g,pasta twarogowo-chrzanowa 70g, ogórek 100g, jogurt owocowy1szt	Energia 2390,2 kcal Białko 88,1g Tłuszcz 79,8g Węglowodany 344,4g Nasycone kw. Tł 17,1g Błonnik 28,9g Sód 1,8g Cukry 68,1g
Łatwostrawna	Ryż na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, szynka kons wp 70g, jabłko 100g		Pomidorowa z makaronem 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowana frykadelka indycza w sosie 90g, surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 200g, kompot 200 ml,		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g, ser biały 70g, ogórek 100g,jogurt owocowy1szt	Energia 2223,1kcal Białko 89g Tłuszcz 75,1g Węglowodany 297,8g Nasycone kw. Tł 16,8g Błonnik 28g Sód 1,5g Cukry 67,5g
Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych	Ryż na bulionie warzywno- mięsnym 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, szynka kons wp 70g, ogórek kiszony 100g,	Chrupki kukurydziane 16g	Pomidorowa bez śmietany z makaronem 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowana frykadelka indycza w sosie 90g, sur. z kiszonej kapusty 200g, kompot 200ml,	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, pasztet wp 70g, ogórek 100g, jogurt owocowy1szt	Energia 2218,1kcal Białko 84,5g Tłuszcz 77,3g Węglowodany 296,1g Nasycone kw. Tł 15,4g Błonnik 31,2g Sód 1,6g Cukry 58,4g
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, szynka kons wp 70g, jabłko gotowane 100g		Pomidorowa z makaronem 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowana frykadelka indycza w sosie 90g, marchewka oprószana 200g, kompot 200ml,		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, pasztet 70g, ogórek 100g, jogurt owocowy1szt	Energia 2223kcal Białko 73,6g Tłuszcz 61,2g Węglowodany 270,2g Nasycone kw. Tł 13,3g Błonnik 27,g Sód 1,2g Cukry 65,4g

Wykaz alergenów:
Mleko (łącznie z laktozą)- mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem, ser biały, ryż na mleku, pomidorowa z makaronem, pasztet, , pasta twarogowo-chrzanowa, jogurt naturalny, jogurt owocowy
Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna, pieczywo, kawa zbożowa, frykadelka wp, sos ogrodowy, pomidorowa z makaronem, pasztet
Seler-pomidorowa, pasztet , sos ogrodowy,
Soja i produkty pochodne- sos ogrodowy, pasztet,
Gorczyca- sos ogrodowy, pasztet Jaja- frykadelka indycza, pomidorowa z makaronem

Środa 25.11.2026

Rodzaj diety	Śniadanie	2 śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza
Podstawowa	Makaron na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g, szynka kons wp 70g, jabłko 100g,		Ogórkowa 400ml, kasza pęczak 160g, duszony kotlet mielony 90G, surówka z kapusty białej z musztardą 200g, kompot 200ml,		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g, pasta twarogowo- rybna ze szczypiorkiem 70g, banan 100g,liść sałaty, jogurt owocowy1szt	Energia 2430kcal Białko 87,1g Tłuszcz 79,5g Węglowodany 356,86g Nasycone kw. Tł 16g Błonnik 29g Sód 1,9g Cukry 91,12g
Łatwostrawna	Makaron na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, szynka kons wp 70g, jabłko 100g, sałata liść		Krupnik 400ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyczy w sosie własnym 90g, buraczki 200g, kompot 200ml,		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, banan 100g, sałata 20g, jogurt owocowy1szt	Energia 2380kcal Białko 90g Tłuszcz 87 g Węglowodany 309,2g Nasycone kw. Tł 24,3g Błonnik 30g Sód 1,3g Cukry 85,4g
Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych	Makaron na bulionie warzywno- mięsnym 300ml,Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g,mix tł. 15g, szynka kons wp 70g, pomidor 100g,	Wafle ryżowe 2szt	Krupnik 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany pulpet indyczy w sosie własnym 90g, buraczki 200g, kompot 200ml,	Sok pomidorowy 200g	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, szynka polędwicowa 70g, ogórek 100g, sałata liść, jogurt naturalny 1szt	Energia 2410kcal Białko 86g Tłuszcz 91g Węglowodany 311,7g Nasycone kw. Tł 28,3g Błonnik 31,6g Sód 1,2g Cukry 61,4g
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, szynka kons wp 70g, jabłko gotowane 100g,		Krupnik 400ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet rybny w sosie pomidorowym 90g, buraczki 200g, kompot 200ml,		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, banan 100g, sałata liść , jogurt owocowy 1szt	Energia 2233,1kcal Białko 83g Tłuszcz 75g Węglowodany 306,5g Nasycone kw. Tł 19g Błonnik 30g Sód 1g Cukry 82,4g

Wykaz alergenów:

Mleko (łącznie z laktozą)- makaron na mleku, mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem, ser biały, ,ogórkowa, jogurt naturalny, jogurt owocowy

Zboża zawierające gluten- makaron na mleku, kasza jęczmienna pęczak, pieczywo, kawa zbożowa,sos ogrodowy, pulpet indyczy, kotlet mielony

Seler-krupnik, ogórkowa, makaron na bulionie warzywno-mięsnym

Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, sos ogrodowy,

Gorczyca-sos ogrodowy, sur z kapusty, Jaja- pulpet indyczy, kotlet mielony

Czwartek 26.11.2026

Rodzaj diety	Śniadanie	2 śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza
Podstawowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna1szt, mix 15g, pomarańcza 100g, szynka kons wp 70g		Zupa fasolowa 400ml, gotowany makaron z serem, cukrem i śmietaną na zimno 200g, jabłko 200g, kompot 200ml,		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g,jajko gotowane 1szt, pasta buraczkowo-twarogowa 80g,dżem 20g, jogurt owocowy1szt	Energia 2355,7kcal Białko 88g Tłuszcz 71,2 g Węglowodany 340,6g Nasycone kw. Tł 18,1g Błonnik 29,3g Sód 1,2g Cukry 101,6g
Łatwostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, pomarańcza 100g, szynka kons wp 70g		Zupa chłopska 400ml, gotowany makaron z serem, cukrem i śmietaną na zimno 200g,jabłko 200g, kompot 200ml,		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g,jajko gotowane 1szt, dżem 20g, pomidor 100g, jogurt owocowy 1szt	Energia 2295kcal Białko 79,9g Tłuszcz 68g Węglowodany 340,8 g Nasycone kw. Tł 18g Błonnik 28,2g Sód 1,1g Cukry 103g
Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych	Kasza jęczmienna na bulionie warzywno-mięsnym 300ml, kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g,mix tł. 15g, pomidor 100g, szynka kons wp 70g	Chleb razowy 30g szynkowa 20g	Zupa chłopska bez śmietany 400ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 90g, surówka z kapusty kiszonej 200g, kompot bez cukru 200ml,	Wafle ryżowe 2szt	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, jajko gotowane 1szt, biały ser 20g, pomidor 100g, jogurt naturalny 1szt	Energia 2212,8kcal Białko 89,1g Tłuszcz 81g Węglowodany 262,7g Nasycone kw. Tł 28,3g Błonnik 31,7g Sód 1,1g Cukry 41,5g
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza jęczmienna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, pomarańcza 100g, szynka kons wp 70g		Zupa chłopska 400ml, gotowany makaron z serem, cukrem i śmietaną na zimno 200g,jabłko 200g, kompot 200ml,		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, białka z 2 jaj,dżem 20g , pomidor 100g, jogurt owocowy1szt	Energia 2043kcal Białko 91,7g Tłuszcz 71,2g Węglowodany 272,2g Nasycone kw. Tł 28,3g Błonnik 27g Sód 1g Cukry 55,4g

Wykaz alergenów:

Mleko (łącznie z laktozą)- kasza jęczmienna na mleku, mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem, serdelek, ser biały, jogurt owocowy, chłopska, pasta twarogowo-buraczana, szynkowa, jogurt naturalny, jogurt owocowy

Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku,zupa chłopska,makaron z serem, pieczywo, kawa zbożowa, sos ogrodowy, zupa chłopska

Seler- zupa chłopska, sos ogrodowy, kasza jęczmienna na bulionie warzywno- mięsnym

Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, sos ogrodowy,

Gorczyca- sos ogrodowy, szynkowa, Jaja- jajko,

Piątek 27.11.2026

Rodzaj diety	Śniadanie	2 śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza
Podstawowa	Ryż na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna1szt, mix 15g,ser żółty 70g, jabłko 100g,		Kalafiorowa 400ml, kasza jęczmienna 160g, duszony burger rybny 90g, sur. z czerwonej kapusty 200g, kompot 200ml,		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g, ser biały półtłusty 70g, rzepa 100g, jogurt owocowy 1szt	Energia 2506,9kcal Białko 97,1g Tłuszcz 83,7g Węglowodany 358,5g Nasycone kw. Tł 28,4g Błonnik 38,36g Sód 1,5g Cukry 81,08g
Łatwostrawna	Ryż na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł 15g., ser żółty 70g jabłko 100g		Kalafiorowa 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany klopsik rybny w sosie pietruszkowym 90g, marchewka 200g, kompot 200ml,		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g, ser biały półtłusty 70g, pomidor 100g, jogurt owocowy 1szt	Energia 2513,1kcal Białko 97,5g Tłuszcz 94,2g Węglowodany 318,8g Nasycone kw. Tł 25,3g Błonnik 34,9g Sód 1,4g Cukry 80,5g
Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych	Ryż na bulionie warzywno-mięsnym 300ml, kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g,mix tł. 15g, ser żółty 70g, ogórek 70g, sałata liść,	Kalafior gotowany 100g	Kalafiorowa bez śmietany 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany klopsik rybny w sosie pietruszkowym 90g, sur. z czerwonej kapusty 150g kompot 200ml,	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 15g,szynkowa 70g, pomidor 100g, jogurt naturalny 1szt	Energia 2498,7kcal Białko 93,8g Tłuszcz 90,5 g Węglowodany 328g Nasycone kw. Tł 26,3g Błonnik 35g Sód 1,2g Cukry 76g
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna ser żółty 70g, dżem 20g, jabłko gotowane 100g		Kalafiorowa bez śmietany 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany klopsik rybny w sosie pietruszkowym 90g, marchewka gotowana 200g kompot 200ml,		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, ser biały półtłusty 70g, pomidor 100g, jogurt owocowy 1szt	Energia 2321 kcal Białko 91,8g Tłuszcz 81g Węglowodany 306,2g Nasycone kw. Tł 22,3g Błonnik 32g Sód 1,1g Cukry 82g

Wykaz alergenów:
Mleko (łącznie z laktozą)- kalafiorowa, mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem, ser topiony, ser biały, rzepa, ryż na mleku, szynkowa**, j**ogurt naturalny, jogurt owocowy
Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna pęczak, pieczywo, kawa zbożowa, burger rybny, klopsik rybny, szynkowa, sos ogrodowy,
Seler-kalafiorowa, szynkowa , sos ogrodowy,
Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, sos ogrodowy, sałatka z łososiem
Gorczyca-sos ogrodowy,
Jaja- jajko, burger rybny, klopsik rybny,

Sobota 28.11.2026

Rodzaj diety	Śniadanie	2 śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza
Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna1szt, mix 15g, ser topiony 70g, pomarańcza 100g,		Rosół z makaronem 400ml,ziemniaki 200g, duszony klopsik indyczy w sosie musztardowym 90g, buraczki z jabłkiem 200g, kisiel 200ml,		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g, szynka polędwicowa 70g, marchew z olejem 100g,,	Energia 2359,5kcal Białko 85,7g Tłuszcz 77,8g Węglowodany 342,4g Nasycone kw. Tł 14,5g Błonnik 34g Sód 1,5g Cukry 85,4g
Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, jajko1szt, dżem 20g, pomarańcza 100g,		Rosół z makaronem 400ml,ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyczy w sosie pomidorowym 90g, buraczki z jabłkiem 200g, kisiel 200ml,		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g, szynka polędwicowa 70g, marchew z olejem 100g,	Energia 2243,1 kcal Białko 74,2g Tłuszcz 71,2g Węglowodany 272,2 g Nasycone kw. Tł 28,3g Błonnik 27g Sód 1,2g Cukry 83,4g
Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych	Płatki owsiane na bulionie warzywno- mięsnym 300ml, kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g,mix tł. 15g, jajko1szt, ser biały 20g, , pomidor 100g,	Chrupki kukurydziane 16g	Rosół z makaronem 400ml ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyczy w sosie pomidorowym 90g, buraczki z jabłkiem 200g, kisiel bez cukru 200ml, banan 1szt	Kefir 150ml	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, szynka polędwicowa 70g, pomidor 100g,	Energia 2261,8kcal Białko 74,8g Tłuszcz 75g Węglowodany 281,7g Nasycone kw. Tł 28,3g Błonnik 31,6g Sód 1,1g Cukry 61,5g
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, , białka z 2 jaj,dżem 20g, pomarańcza 100g,		Rosół z makaronem 400ml,ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyczy w sosie pomidorowym 90g, buraczki z jabłkiem 200g, kisiel 200ml,		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, szynka polędwicowa 70g, marchew z olejem 100g,	Energia 2173 kcal Białko 74,7g Tłuszcz 67,2g Węglowodany 317,3 g Nasycone kw. Tł 25,3g Błonnik 27,01g Sód 1,1g Cukry 75,4g

Wykaz alergenów:

Mleko (łącznie z laktozą)- płatki owsiane na mleku, mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem, ser biały, ryż na mleku, szynka polędwicowa

Zboża zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, pieczywo, kawa zbożowa, klopsik indyczy, szynka polędwicowa, sos ogrodowy, pulpet indyczy

Seler-rosół , sos ogrodowy,Płatki owsiane na bulionie warzywno- mięsnym

Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, sos ogrodowy,

Gorczyca- sos ogrodowy, Jaja- klopsik indyczy, pulpet indyczy, jajko

Niedziela 29.11.2026

Rodzaj diety	Śniadanie	2 śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza
Podstawowa	Kasza manna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix 15g, twarożek z papryką i ziołami 70g, jabłko 100g,		Zupa z zielonej soczewicy 400ml, kasza jęczmienna 160g, schab panierowany, smażony 90g, sur z kap. kiszonej 200g, kisiel 200ml,		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tł.15g, szynkowa 70g, sałatka jarzynowa 100g,	Energia 2359,5kcal Białko 85,7g Tłuszcz 77,8g Węglowodany 342,4g Nasycone kw. Tł 14,5g Błonnik 21,2g Sód 1,5g Cukry 85,4g
Łatwostrawna	Kasza manna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix 15g, twarożek ze śmietaną i cukrem 70g, jabłko 100g,		Zupa z zielonego groszku 400ml,, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie 90g, sur z kap. pekińskiej 200g, kisiel 200ml,		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 90g,, mix tł.15g, szynkowa 70g, pomidor 70g, liść sałaty,	Energia 2259,1 kcal Białko 84,8g Tłuszcz 71,2g Węglowodany 319,8g Nasycone kw. Tł 10,8g Błonnik 24,5g Sód 1,4g Cukry 75,8g
Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych	Kasza manna na bulionie warzywno- mięsnym 300mlKawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g,mix tł. 15g, jajko gotowane 1szt., ogórek kiszony 10g,	Chleb razowy 30g szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku bez śmietany 400ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie 90g, surówka z kapusty kiszonej 200g, kisiel bez cukru 200ml,	Wafle ryżowe 2szt	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł.15g, szynkowa 70g, sałatka jarzynowa 100g,	Energia 2315kcal Białko 82,2g Tłuszcz 73,9g Węglowodany 330,3g Nasycone kw. Tł 12,3g Błonnik 27,2g Sód 1,3g Cukry 65,4g
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, twarożek z mlekiem i cukrem 70g, jabłko gotowane 100g,		Zupa z zielonego groszku bez śmietany 400ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie 90g, jabłko gotowane 200g, kisiel bez cukru 200ml,		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 90g,, szynkowa 70g, pomidor 70g, liść sałaty	Energia 2215 kcal Białko 81,7g Tłuszcz 71,2g Węglowodany 311,8g Nasycone kw. Tł 8,5g Błonnik 28g Sód 1,2g Cukry 75,2g

Wykaz alergenów:
Mleko (łącznie z laktozą)- kasza manna mleku, mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem, ser biały, ryż na mleku, szynkowa, twarożek, zupa z zielonego groszku
Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, kawa zbożowa, szynkowa, schabowy, filet gotowany w sosie, szynkowa, sos ogrodowy, rosół,
Seler-rosół, sos ogrodowy, sałatka jarzynowa,
Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, sos ogrodowy, pasztet drobiowy, sałatka jarzynowa, szynkowa pikantna sałatka z łososia Gorczyca-konserwa suwalska, sos ogrodowy, kiełbasa suwalska
Jaja- schabowy, filet gotowany w sosie, jajko, sałatka jarzynowa