

30.09-09.10.2026 SZPITAL

ŚRODA 30.09	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA
ŚNIADANIE	Owsianka na mleku 250ml (7) jabłko pieczone 40g, pieczywo pszenne (1a) 60g, masło (7) 10g, serek topiony (7) 20g, wędlinka drobiowa (1b,c,3,5,6,7,9,10) 30g, ogórek świeży słupki 50g, herbatka bez cukru 250ml	Owsianka na mleku 250ml (7) jabłko pieczone 40g, pieczywo razowe (1b) 60g, masło (7) 10g, serek twarogowy (7) 30g, wędlinka drobiowa (1b,c,3,5,6,7,9,10) 30g, ogórek świeży słupki 50g, herbatka bez cukru 250ml	Owsianka na mleku 250ml (7) jabłko pieczone 40g, pieczywo pszenne (1a) 60g, masło (7) 10g, serek twarogowy (7) 40g, chuda wędlinka drobiowa (1b,c,3,5,6,7,9,10) 30g, ogórek świeży słupki 50g, herbatka bez cukru 250ml
<u>II ŚNIADANIE</u>	Kefir 200ml + gruszka 100g	Kefir 200ml + gruszka 100g	Kefir 200ml + gruszka 100g
OBIAD	Zupa jarzynowa (7,9) 350ml Makaron pełnoziarnisty z sosem pomidorowo-soczewicowym (1a,b,c) 350g, kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa (7,9) 350ml Makaron pełnoziarnisty z sosem pomidorowo-soczewicowym (1a,b,c) 350g, kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa (7,9) 350ml Makaron pełnoziarnisty z sosem pomidorowo-soczewicowym (1a,b,c) 350g, kompot owocowy bez cukru 250 ml
<u>PODWIECZOREK</u>	Serek wiejski 150g (7)	Serek wiejski 150 g (7)	Serek wiejski 150g (7)
KOLACJA	Pieczywo mieszane 90g (1a), masło (7) 10g, serek śmietankowy (7) 100g, pieczeń rzymska (1a,3) 40g, ser żółty (7) 20g, papryka 80g, herbata bez cukru 250ml	Pieczywo żytnie razowe (1b) 80g, masło (7) 10g, pieczeń rzymska(1a,3) 40g, twarożek (7) 40g, papryka 80g, herbata bez cukru 250ml	Pieczywo pszenne (1a) 80g, masło (7) 10g, pieczeń rzymska (1a,3) 40g, twarożek (7) 40g, pomidor bez skórki 80g, herbata bez cukru 250ml

Wartość dobową: podstawowa ok. 2098 kcal/B91g/W245g/C65g/T88g/NKT47g/błonnik31g/sód2150mg, cukrzycowa ok. 1855

kcal/B85g/W232g/C61g/T54g/NKT26g/błonnik35g/sód1900mg, łatwostrawna ok.1865kcal/B98g/W220g/C60g/T58g/NKT27g/błonnik22g/sód1850mg

30.09-09.10.2026 SZPITAL

CZWARTEK 01.10	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA
ŚNIADANIE	Płatki jaglane na mleku (7) 250ml, pieczywo pszenne (1a) 90g, masło (7) 10g, salami (1a,3,6,8,9,10,11) 50g, pomidor 50g, herbatka bez cukru 250ml	Płatki jaglane na mleku (7) 250ml, pieczywo razowe (1b) 90g, masło (7) 10g, chuda wędlinka (1a,3,6,8,9,10,11) 40g, pomidor 50g, herbatka bez cukru 250ml	Płatki jaglane na mleku (7) 250ml, pieczywo pszenne (1a) 80g, masło (7) 10g, chuda wędlinka drobniowa (1a,3,6,8,9,10,11) 50g, pomidor 50g, herbatka bez cukru 250ml
<u>II ŚNIADANIE</u>	Pomarańcza 100g + wafle ryżowe 20g	Pomarańcza 100g + wafle ryżowe 20g	Pomarańcza 100g + wafle ryżowe 20g
OBIAD	Zupa buraczkowa (7,9) 350ml Gulasz wieprzowy z warzywami 100g (1a), kasza jęczmienna (1c) 200g, surówka z kiszonych ogórków 100g, kompot owocowy bez cukru 250ml	Zupa buraczkowa (7,9) 350ml Gulasz wieprzowy z warzywami 100g (1a), kasza jęczmienna (1c) 200g, surówka z kiszonych ogórków 100g, kompot owocowy bez cukru 250ml	Zupa buraczkowa (7,9) 350ml Gulasz wieprzowy z warzywami 100g (1a), kasza jęczmienna (1c) 200g, surówka z kiszonych ogórków 100g, kompot owocowy bez cukru 250ml
<u>PODWIECZOREK</u>	Sok marchewkowo-owocowy 150ml	Marchewka 100g + jabłko 50g + jogurt naturalny 80g (7)	Sok marchewkowo-owocowy 120ml
KOLACJA	Pieczywo mieszane (1a) 90g, masło (7) 10g, pieczeń (1a,3,6,8,9,10,11) 40g, ser żółty 20g (7), papryka 80g, herbatka bez cukru 250ml	Pieczywo żytnie razowe (1b) 80g, masło (7) 10g, pieczeń (1a,3,6,8,9,10,11) 40g, twarożek (7) 60g, papryka 80g, herbatka bez cukru 250ml	Pieczywo pszenne (1a) 80g, masło (7) 10g, pieczeń (1a,3,6,8,9,10,11) 40g, twarożek (7) 60g, pomidor bez skórki 80g, herbatka bez cukru 250ml

Wartość dobową: podstawowa ok. 2070kcal/B104g/W247g/C70g/T75g/NKT33g/błonnik 25g/sód1950mg, cukrzycowa ok.

1950kcal/B101g/W224g/C57g/T70g/NKT28g/błonnik31g,sód1900mg, łatwostrawna ok.

1970kcal/B102g/W235g/C64g/T71g/NKT31g/błonnik22g/sód1850mg

30.09-09.10.2026 SZPITAL

PIĄTEK 02.10	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTARWNA
ŚNIADANIE	Kluski lane na mleku (1a,7) 250ml, pieczywo pszenne (1a) 90g, masło (7) 10g, rybka po grecku (1a,4) 100g, wędlinka wieprzowa (1a,3,5,6,7,8) , pomidor, herbatka.	Kluski lane na mleku (1a,7) 250ml, pieczywo pszenne (1a) 90g, masło (7) 10g, rybka po grecku (1a,4) 100g, wędlinka wieprzowa (1a,3,5,6,7,8) , pomidor, herbatka.	Kluski lane na mleku (1a,7) 250ml, pieczywo pszenne (1a) 90g, masło (7) 10g, rybka po grecku (1a,4) 100g, wędlinka wieprzowa (1a,3,5,6,7,8) , pomidor, herbatka.
<u>II ŚNIADANIE</u>	Budyń 200ml (7) + jabłko 80g	Budyń 200ml (7) + jabłko 80g	Budyń 200ml (7) + jabłko 80g
OBIAD	Zupa z fasolki szparagowej (7,9) 350ml Rybka w cieście naleśnikowym 100g (1a,3,4,7), ziemniaki 200g, surówka z kiszanej kapusty 100g (7), kompot owocowy bez cukru 250ml	Zupa z fasolki szparagowej (7,9) 350ml Rybka w cieście naleśnikowym 100g (1a,3,4,7), ziemniaki 200g, surówka z kiszanej kapusty 100g (7), kompot owocowy bez cukru 250ml	Zupa z fasolki szparagowej (7,9) 350ml Rybka w cieście naleśnikowym 100g (1a,3,4,7), ziemniaki 200g, surówka z kiszanej kapusty 100g (7), kompot owocowy bez cukru 250ml
<u>PODWIECZOREK</u>	Grejfrut 120g	Grejfrut 80g + jogurt naturalny 100g (7)	Grejfrut 100g
KOLACJA	Pieczywo mieszane (1a,b,c) 80g, masło (7) 10g, sałatka jarzynowa 150g (3,7), wędlinka wieprzowa 30g (1a,c,5,6,7,10), herbatka bez cukru 250ml	Pieczywo razowe (1b) 70g, masło (7) 5g, sałatka jarzynowa 150g (3,7), chuda wędlinka wieprzowa 20g (1a,c,5,6,7,10), herbatka bez cukru 250ml	Pieczywo pszenne (1a) 80g, masło (7) 5g, twarożek ze szczypiorkiem 100g (7), chuda wędlinka wieprzowa 30g (1a,c,5,6,7,10), herbatka bez cukru 250ml

Wartość dobową: podstawowa ok. 2080kcal/B105g/W241g/C68g/T78g/NKT30g/błonnik 25g/sód 1950mg, cukrzycowa ok.

1950kcal/B106g/W218g/C57g/T70g/NKT26g/błonnik31g/sód1900mg, łatwostrawna ok.

1920kcal/B100g/W235g/C60g/T62g/NKT25g/błonnik21g/sód1850mg

30.09-09.10.2026 SZPITAL

SOBOTA 03.10	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku (7) 250ml, pieczywo pszenne (1a) 90g, masło (7) 10g, sałatka z szynką, jajkiem (3,7) 100g, rzodkiewka 40g, pieczeń rzymska (1a,3) 40g, herbata bez cukru 250ml	Płatki owsiane na mleku (7) 250ml, pieczywo pszenne (1a) 90g, masło (7) 10g, sałatka z szynką, jajkiem (3,7) 100g, rzodkiewka 40g, pieczeń rzymska (1a,3) 40g, herbata bez cukru 250ml	Płatki owsiane na mleku (7) 250ml, pieczywo pszenne (1a) 90g, masło (7) 10g, sałatka z szynką, jajkiem (3,7) 100g, rzodkiewka 40g, pieczeń rzymska (1a,3) 40g, herbata bez cukru 250ml
<u>II ŚNIADANIE</u>	Arbuz 100g	Arbuz 100g	Arbuz 100g
OBIAD	Zupa gołąbkowa (1,7,9) 350ml Schabik w sosie własnym duszony (1a) 100g, kasza pęczak 200g, surówka z czerwonej kapusty 100g, kompot owocowy bez cukru 250ml	Zupa gołąbkowa (1,7,9) 350ml Schabik w sosie własnym duszony (1a) 100g, kasza pęczak 200g, surówka z czerwonej kapusty 100g, kompot owocowy bez cukru 250ml	Zupa gołąbkowa (1,7,9) 350ml Schabik w sosie własnym duszony (1a) 100g, kasza pęczak 200g, surówka z czerwonej kapusty 100g, kompot owocowy bez cukru 250ml
<u>PODWIECZOREK</u>	Sok marchewkowo-owocowy 150ml	Marchewka 100g + jabłko 50g + jogurt naturalny 80g (7)	Sok marchewkowo-owocowy 120ml
KOLACJA	Pieczywo pszenne (1a) 90g, masło (7) 10g, pasta z tuńczyka z jajkiem (3,4) 40g, chuda wędlinka drobiowa (1a,3,6,8,9,10,11) 20g, papryka 80g, kawa zbożowa bez cukru (1b,c,3,5,6,7,8) 250ml	Pieczywo razowe (1b) 80g, masło (7) 10g, pasta z tuńczyka z jajkiem (3,4) 40g, chuda wędlinka (1a,3,6,8,9,10,11) 20g, papryka 80g, kawa zbożowa bez cukru (1b,c,3,5,6,7,8) 250ml	Pieczywo pszenne (1a) 90g, masło (7) 10g, pasta z tuńczyka z jajkiem (3,4) 40g, chuda wędlinka drobiowa (1a,3,6,8,9,10,11) 20g, papryka 80g, kawa zbożowa bez cukru (1b,c,3,5,6,7,8) 250ml

Wartość dobową: podstawowa ok. 2050kcal/B101g/W246g/C65g/T72g/NKT27g/błonnik2g/sód1950mg, cukrzycowa ok. 1950kcal/B105g/W222g/C56g/T68g/NKT25g/błonnik31g/sód1950mg, łatwostrawna ok. 1950kcal/B100g/W232g/C62g/T66g/NKT25g/błonnik22g/sód1850mg

30.09-09.10.2026 SZPITAL

NIEDZIELA 04.10	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA
ŚNIADANIE	Płatki ryżowe na mleku (1d,7)250ml, pieczywo pełnoziarniste (1a,b,c) 90g, masło (7) 10g, szyneczka drobiowa (1a,3,6,7,9,10) 40g, ser żółty(7) 50g, papryka czerwona 70g, herbatka miętowa bez cukru 250ml	Kasza manna na mleku (1d,7)250ml, pieczywo pełnoziarniste (1a,b,c) 90g, masło (7) 10g, szyneczka drobiowa (1a,3,6,7,9,10) 40g, ser żółty(7) 50g, papryka czerwona 70g, herbatka miętowa bez cukru 250ml	Kasza manna na mleku (1d,7)250ml, pieczywo pełnoziarniste (1a,b,c) 90g, masło (7) 10g, szyneczka drobiowa (1a,3,6,7,9,10) 40g, ser żółty(7) 50g, papryka czerwona 70g, herbatka miętowa bez cukru 250ml
<u>II ŚNIADANIE</u>	Ciasto 150g (1a,3,7) + jogurt naturalny 100g (7)	Ciasto 150g (1a,3,7) + jogurt naturalny 100g (7)	Ciasto 150g (1a,3,7) + jogurt naturalny 100g (7)
OBIAD	Zupa krem z brokuła (7,9) 350ml Piersi z mozzarellą i pomidorem zapiekane na porze 100g (7), ziemniaki 200g, surówka z kolorowej sałaty z pomidorem i ogórkiem 100g, kompot owocowy bez cukru 250ml	Zupa krem z brokuła (7,9) 350ml Piersi z mozzarellą i pomidorem zapiekane na porze 100g (7), ziemniaki 200g, surówka z kolorowej sałaty z pomidorem i ogórkiem 100g, kompot owocowy bez cukru 250ml	Zupa krem z brokuła (7,9) 350ml Piersi z mozzarellą i pomidorem zapiekane na porze 100g (7), ziemniaki 200g, surówka z kolorowej sałaty z pomidorem i ogórkiem 100g, kompot owocowy bez cukru 250ml
<u>PODWIECZOREK</u>	Serek wiejski 150g (7)	Serek wiejski 120g (7)	Serek wiejski 120g (7)
KOLACJA	Pieczywo pszenne (1a) 80g, masło (7) 10g, wędlinka (1a,3,6,8,9,10,11) 40g, ser śmietankowy (7) 40g, rzodkiewka 70g, kakao bez cukru(7) 250ml.	Pieczywo razowe (1b) 80g, masło (7) 10g, chuda wędlinka (1a,3,6,8,9,10,11) 40g, ser twarogowy (7) 40g, rzodkiewka 70g, kakao bez cukru(7) 250ml.	Pieczywo pszenne (1a) 80g, masło (7) 10g, chuda wędlinka drobiowa (1a,3,6,8,9,10,11) 40g, ser twarogowy (7) 40g, pomidor bez skórki 80g, kakao bez cukru(7) 250ml.

Wartość dobową: podstawowa ok. 2050kcal/B108g/W238g/C65g/T72g/NKT29g/błonnik 24g/sód 1950mg, cukrzycowa ok.

1930kcal/B107g/W218g/C57g/T68g/NKT27g/błonnik30g,sód1900mg, łatwostrawna ok.

1920kcal/B103g/W225g/C60g/T65g/NKT26g/błonnik22g/sód1850mg

30.09-09.10.2026 SZPITAL

PONIEDZIAŁEK 05.10	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku z musem owocowym 250 ml (7), pieczywo pszenne 60g (1a), masło 10g (7), szynka drobiowa 50g (1a,c,5,6,7,10), ogórek 50g, herbata bez cukru 250 ml	Kasza manna na mleku z jabłkiem 250 ml (7), pieczywo razowe 60g (1b), masło 10g (7), szynka drobiowa 50g (1a,c,5,6,7,10), ogórek 50g, herbata bez cukru 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (7), pieczywo pszenne 60g (1a), masło 10g (7), chuda szynka drobiowa 50g (1a,c,5,6,7,10), ogórek 50g, herbata bez cukru 250 ml
<u>II ŚNIADANIE</u>	Serek homogenizowany naturalny 100g (7) + śliwka 50g	Serek homogenizowany naturalny 80g (7) + śliwka 80g	Serek homogenizowany 80g (7) + śliwka 50g
OBIAD	Zupa pomidorowa z amakaronem (7,9) 350ml Pyzy z mięsem 250g (1a,3,7), surówka colesław 100g, kompot owocowy bez cukru 250ml	Zupa pomidorowa z amakaronem (7,9) 350ml Pyzy z mięsem 250g (1a,3,7), surówka colesław 100g, kompot owocowy bez cukru 250ml	Zupa pomidorowa z amakaronem (7,9) 350ml Pyzy z mięsem 250g (1a,3,7), surówka colesław 100g, kompot owocowy bez cukru 250ml
<u>PODWIECZOREK</u>	Pałeczki kukurydziane 30g + jogurt naturalny 100g (7)	Jogurt naturalny 120g (7) + płatki owsiane 20g	Jogurt naturalny 100g (7) + biszkopty 25g
KOLACJA	Pieczywo pszenne (1a) 80g, masło (7) 10g, pasta z kurczaka i jajka (3,7) 40g, ser śmietankowy (7) 40g, pomidor 50g, ogórek 50g, herbatka owocowa bez cukru 250ml.	Pieczywo razowe (1b) 80g, masło (7) 10g, pasta z kurczaka i jajka (3,7) 40g, ser twarogowy (7) 40g, pomidor 50g, ogórek 20g, herbatka owocowa bez cukru 250ml.	Pieczywo pszenne (1a) 80g, masło (7) 10g, pasta z kurczaka i jajka (3,7) 40g, ser twarogowy (7) 40g, pomidor bez skórki 50g, herbatka owocowa bez cukru 250ml.

Wartość dobową: podstawowa ok. 1980kcal/B101g/W232g/C62g/T70g/NKT27g/błonnik25g/sód 1950mg, cukrzycowa ok.

1920kcal/B103g/W215g/C54g/T67g/NKT25g/błonnik30g,sód1900mg, łatwostrawna ok. 1880kcal/B99g/W218g/C58g/T63g/NKT24g/błonnik22g/sód1850mg

30.09-09.10.2026 SZPITAL

WTOREK 06.10	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA
ŚNIADANIE	Ryż na mleku 250ml (7) pieczywo pszenne 80g (1a), masło 10g (7), ser twarogowy 50g (7), ryba w pomidorach 100g (4), ogórek kiszony 50g, herbata bez cukru 250 ml	Ryż pełnoziarnisty na mleku 250ml (1a,b,c,7), pieczywo razowe 80g (1a), masło 10g (7), ser twarogowy 50g (7), ryba w pomidorach 100g (4), ogórek kiszony 50g, herbata bez cukru 250 ml	Ryż na mleku 250ml (7), pieczywo pszenne 80g (1a), masło 10g (7), ser twarogowy 50g (7), ryba w pomidorach łagodna 100g (4), herbata bez cukru 250 ml
<u>II ŚNIADANIE</u>	Ciasto 150g (1a,3,7) + jogurt naturalny 100g (7)	Jogurt naturalny 120g (7) +jabłko 100g + orzechy 10g (5)	Biszkopt 50g (1a,3,7)+ jogurt naturalny 100g (7)
OBIAD	Zupa szpinakowa (7,9) Kurczak pieczony 100g, ziemniaki 200g, marchewka z groszkiem gotowane 100g, kompot owocowy bez cukru 250ml	Zupa szpinakowa (7,9) Kurczak pieczony 100g, ziemniaki 200g, marchewka z groszkiem gotowane 100g, kompot owocowy bez cukru 250ml	Zupa szpinakowa (7,9) Kurczak pieczony 100g, ziemniaki 200g, marchewka z groszkiem gotowane 100g, kompot owocowy bez cukru 250ml
<u>PODWIECZOREK</u>	Jogurt naturalny 100 ml (7) + kiwi 50g	Jogurt naturalny 100 ml (7)+ kiwi 50g	Jogurt naturalny 100 ml (7) + banan 50g
KOLACJA	Pieczywo pszenne (1a) 80g, masło (7) 10g, wędlinka 40g (1a,c,5,6,7,10), ser camembert (7) 40g, pomidor 50g, herbatka owocowa bez cukru(7) 250ml.	Pieczywo razowe (1a) 80g, masło (7) 10g, chuda wędlinka 40g (1a,c,5,6,7,10), twaróg (7) 40g, pomidor 80g, herbatka owocowa bez cukru(7) 250ml.	Pieczywo pszenne (1a) 80g, masło (7) 10g, chuda wędlinka drobiowa 40g (1a,c,5,6,7,10), twarożek (7) 40g, pomidor bez skórki 80g, herbatka owocowa bez cukru(7) 250ml.

Wartość dobową: podstawowa ok. 2020kcal/B104g/W235g/C66g/T73g/NKT28g/błonnik 25g/sód1950mg, cukrzycowa ok.

1940kcal/B105g/W218g/C55g/T69g/NKT26g/błonnik30g,sód1900mg, łatwostrawna ok.

1900kcal/B101g/W220g/C59g/T64g/NKT25g/błonnik22g/sód1850mg

30.09-09.10.2026 SZPITAL

ŚRODA 07.10	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA
ŚNIADANIE	Makaronik na mleku 250ml (1a,7), jabłko pieczone 100g, pieczywo pszenne 60g (1a), masło 10g (7), jajko gotowane 1 szt. (3), wędlinka 50g (1a,c,5,6,7,10), herbata bez cukru 250 ml	Owsianka na mleku bez cukru 250ml (7), jabłko pieczone 50g, pieczywo razowe 60g (1a), masło 5g (7), jajko gotowane 1 szt. (3), chuda wędlinka 50g (1a,c,5,6,7,10), ogórek świeży 100g, herbata bez cukru 250 ml	Makaronik na mleku 250ml (1a,7), jabłko pieczone 50g, pieczywo pszenne 60g (1a), masło 10g (7), jajko gotowane 1 szt. (3), chuda wędlinka drobiowa 40g(1a,c,5,6,7,10), herbata bez cukru 250 ml
<u>II ŚNIADANIE</u>	Banan 120g	Banan 80g + jogurt naturalny 100g (7)	Banan 100g
OBIAD	Zupa kapuśniaczek mazurski (9) 350 ml Gnocci w sosie pieczarkowym 250g (1a,7), surówka z marchewki z jabłkiem, kompot owocowy bez cukru 250ml	Zupa kapuśniaczek mazurski (9) 350 ml Gnocci w sosie pieczarkowym 250g (1a,7), surówka z marchewki z jabłkiem, kompot owocowy bez cukru 250ml	Zupa kapuśniaczek mazurski (9) 350 ml Gnocci w sosie pieczarkowym 250g (1a,7), surówka z marchewki z jabłkiem, kompot owocowy bez cukru 250ml
<u>PODWIECZOREK</u>	Jogurt naturalny 150 ml (7) + płatki owsiane 30g	Jogurt naturalny 120 ml (7) + płatki owsiane 30g	Jogurt naturalny 150 ml (7) + płatki owsiane 20g
KOLACJA	Pieczywo pszenne (1a) 80g, masło (7) 10g, twarożek z rzodkiewką (7) 80g, pasztet drobiowy 50g (1a,c,5,6,7,10), pomidor 100g, herbatka owocowa bez cukru(7) 250ml.	Pieczywo razowe (1a) 70g, masło (7) 10g, twarożek z rzodkiewką (7) 80g, pieczeń drobiowa 40g (1a,c,5,6,7,10), pomidor 100g, herbatka owocowa bez cukru(7) 250ml.	Pieczywo pszenne (1a) 80g, masło (7) 10g, twarożek (7) 80g, pieczeń drobiowa 40g (1a,c,5,6,7,10), pomidor bez skórki 80g, herbatka owocowa bez cukru(7) 250ml.

Wartość dobową: podstawowa ok. 2058kcal/B82,7g/W287,8g/C78,5g/T62,9g/NKT26,9g/błonnik33,1g/sód1950mg, cukrzycowa ok.

1903kcal/B89,2g/W266,1g/C72,2g/T52,4g/NKT22,1g/błonnik38,9g,sód1900mg, łatwostrawna ok.

1895kcal/B94,5g/W244,7g/C66,2g/T58g/NKT25g/błonnik17g/sód1850mg

30.09-09.10.2026 SZPITAL

CZWARTEK 08.10	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 250g (7), pieczywo pszenne (1a) 80g, masło (7) 10g, pasta z makreli i jajka 40g (3,4,7), pomidor 100g, herbatka bez cukru 250ml	Kasza manna na mleku 250ml (7), pieczywo razowe (1a) 80g, masło (7) 10g, pasta z makreli i jajka 40g (3,4,7), pomidor 100g, herbatka bez cukru 250ml	Kasza manna na mleku 250ml (7), pieczywo pszenne (1a) 80g, masło (7) 10g, pasta z makreli i jajka 40g (3,4,7), pomidor bez skórki 80g, herbatka bez cukru 250ml
<u>II ŚNIADANIE</u>	Jabłko 100g + wafle ryżowe 30g	Jabłko 100g + wafle pełnoziarniste 20g + jogurt naturalny 100g (7)	Jabłko pieczone 100g + biszkopty 20g (1a,3,7)
OBIAD	Zupa kalafiorowa (7,9) 350ml Kotlety z czerwonej soczewicy 100g (1a,3), ziemniaki puree 200g (7), mizeria na jogurcie naturalnym 100g (7), kompot owocowy bez cukru 250ml	Zupa kalafiorowa (7,9) 350ml Kotlety z czerwonej soczewicy 100g (1a,3), ziemniaki puree 200g (7), mizeria na jogurcie naturalnym 100g (7), kompot owocowy bez cukru 250ml	Zupa kalafiorowa (7,9) 350ml Kotlety z czerwonej soczewicy 100g (1a,3), ziemniaki puree 200g (7), mizeria na jogurcie naturalnym 100g (7), kompot owocowy bez cukru 250ml
<u>PODWIECZOREK</u>	Mus owocowy 100g + biszkopty 25g (1a,3,7)	Mus owocowy bez cukru 80g + jogurt naturalny 100g (7)	Mus owocowy 100g + biszkopty b/c 20g (1a,3,7)
KOLACJA	Pieczywo mieszane (1a) 90g, masło (7) 10g, pieczeń (1a,3,6,8,9,10,11) 40g, ser żółty 20g (7), papryka 80g, herbatka bez cukru 250ml	Pieczywo razowe (1a) 80g, masło (7) 10g, pieczeń (1a,3,6,8,9,10,11) 40g, twaróg 40g (7), papryka 80g, herbatka bez cukru 250ml	Pieczywo pszenne (1a) 80g, masło (7) 10g, pieczeń drobiowa (1a,3,6,8,9,10,11) 40g, twaróg (7), pomidor bez skórki 80g, herbatka bez cukru 250ml

Wartość dobową: podstawowa ok. 2050kcal/B102g/W245g/C67g/T72g/NKT28g/błonnik25g/sód 1950mg, cukrzycowa ok.

1940kcal/B101g/W220g/C55g/T68g/NKT26g/błonnik31g,sód1900mg, łatwostrawna ok. 1900kcal/B98g/W225g/C60g/T63g/NKT24g/błonnik22g/sód1850mg

30.09-09.10.2026 SZPITAL

PIĄTEK 09.10	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA
ŚNIADANIE	Płatki kukurydziane na mleku (7) 250g, pieczywo pszenne (1a) 80g, masło (7) 10g, wędlinka wieprzowa 40g (1a,3,5,6,7,9,10,11), ogórek kiszony 50g, herbatka bez cukru 250ml	Płatki owsiane na mleku (7) 250g, pieczywo razowe wieloziarniste (1a) 80g, masło (7) 10g, chuda wędlinka wieprzowa 40g (1a,3,5,6,7,9,10,11), ogórek kiszony 50g, herbatka bez cukru 250ml	Płatki kukurydziane na mleku (7) 250g, pieczywo pszenne (1a) 80g, masło (7) 10g, chuda wędlinka drobiowa 40g (1a,3,5,6,7,9,10,11), herbatka bez cukru 250ml
<u>II ŚNIADANIE</u>	Kisiel 100ml + gruszka 50g	Jogurt naturalny 100ml (7) + gruszka 100g	Kisiel 80ml + gruszka obrana 50g
OBIAD	Zupa wiejska z kaszą jaglaną i ziemniakami (7,9) 350ml Ryba pieczona na warzywach 100g, ziemniaki 200g, surówka z kiszonej kapusty 100g, kompot owocowy bez cukru 250ml	Zupa wiejska z kaszą jaglaną i ziemniakami (7,9) 350ml Ryba pieczona na warzywach 100g, ziemniaki 200g, surówka z kiszonej kapusty 100g, kompot owocowy bez cukru 250ml	Zupa wiejska z kaszą jaglaną i ziemniakami (7,9) 350ml Ryba pieczona na warzywach 100g, ziemniaki 200g, surówka z kiszonej kapusty 100g, kompot owocowy bez cukru 250ml
<u>PODWIECZOREK</u>	Arbuz 100g	Arbuz 80g + jogurt naturalny 100g (7)	Arbuz 80g
KOLACJA	Pieczywo mieszane (1a) 90g, masło (7) 10g, pieczeń (1a,3,6,8,9,10,11) 40g, serek twarogowy z rzodkiewką 40g (7), herbatka bez cukru 250ml	Pieczywo razowe (1a) 80g, masło (7) 10g, pieczeń (1a,3,6,8,9,10,11) 40g, serek twarogowy z rzodkiewką 60g (7), herbatka bez cukru 250ml	Pieczywo mieszane (1a) 80g, masło (7) 10g, pieczeń (1a,3,6,8,9,10,11) 40g, serek twarogowy z rzodkiewką 60g (7), herbatka bez cukru 250ml

Wartość dobową: podstawowa ok. 2060kcal/B103g/W244g/C64g/T73g/NKT28g/błonnik23g/sód1950mg, cukrzycowa ok. 1950kcal/B105g/W222g/C54g/T69g/NKT26g/błonnik31g/sód1900mg, łatwostrawna ok. 1900kcal/B100g/W225g/C58g/T64g/NKT24g/błonnik22g/sód1850mg

30.09-09.10.2026 SZPITAL

.....
Alergeny:**1.Zboża zawierające gluten**, tj. pszenica(a), żyto(b), jęczmień(c), owies(d), kamut(f) lub ich odmiany hybrydowe i produkty pochodne**2.Skorupiaki** i produkty pochodne**3.Jaja** i produkty pochodne**4.Ryby** i produkty pochodne**5.Orzeszki ziemne** i produkty pochodne**6.Soja** i produkty pochodne**7.Mleko** i produkty pochodne**8.Orzechy** tj. migdały(a), orzechy laskowe (b), orzechy włoskie (c), orzechy nerkowca (d), orzeszki pekan (e), orzechy brazylijskie (f), pistacje/orzechy pistacjowe (g), orzechy makadamia (h), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego**9.Seler** i produkty pochodne**10.Gorczyca** i produkty pochodne**11.Nasiona sezamu** i produkty pochodne**12.Dwutlenek siarki** i siarczany w stężeniach powyżej 10mg/kg lub 10mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość soi dla produktów w postaci gotowej do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców **13.Łubin** i produkty pochodne**14.Mięczaki** i produkty pochodne