

Czwartek (2026-08-27)						
Jadłospis						
dieta cukrzycowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja II
E [kcal]: 2083.42 , B [g]: 98.69 , T [g]: 74.89 , W [g]: 270.82 , Błonnik [g]: 35.04 , BW [g]: 47.79 , BR [g]: 32.95 , Cukier [g]: 89.77 , Sód [mg]: 1630.81	Kasza jaglana na mleku 300g (mleko) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza jaglana)</i> Chleb żytni razowy 60g (gluten) serdelek drobiowy 160g (mleko,jaja,gorczyca,seler) Ketchup (ketchup) 12g Masło ekstra 10g (mleko) Salata 20g Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g	mus owocowy 100g	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 357g (seler,gluten) <i>(Kości, wywar, Groch, nasiona suche, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna świeża, Boczek wędzony bez kości, Cebula, Mąka pszenna, typ 550, Majeranek suszony)</i> zraz mielony z kapustą w sosie pomidorowym 146g (gluten,jaja,mleko) <i>(Wieprzowina, szynka surowa, Kapusta biała, Koncentrat pomidorowy, 30%, Jaja kurze całe, Mąka pszenna, typ 550, Śmietana, 18% tłuszczu, Bułka tarta)</i> buraki ćwikłowe zasmażane 155g (gluten,mleko) <i>(Buraki, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 550)</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy ze słodzikiem 253g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Ksylitol - cukier brzożowy)</i>	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (mleko)	Kielbasa żywiecka, wieprzowo - wołowa 40g Masło ekstra 10g (mleko) Chleb żytni razowy 60g (gluten) Pomidory koktajlowe 30g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Jabłka pieczone 150g
dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
E [kcal]: 2357.84 , B [g]: 113.24 , T [g]: 81.25 , W [g]: 308.41 , Błonnik [g]: 32.96 , BW [g]: 42.54 , BR [g]: 39.42 , Cukier [g]: 90.16 , Sód [mg]: 1883.97	Kasza jaglana na mleku 300g (mleko) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza jaglana)</i> serdelek drobiowy 160g (mleko,jaja,gorczyca,seler) ser topiony trójkącik 18g (mleko) Ketchup (ketchup) 12g Masło ekstra 10g (mleko) Chleb baltonowski 50g (gluten) Bułka grahamka 50g (gluten) Salata 20g Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	mus owocowy 100g	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 357g (seler,gluten) <i>(Kości, wywar, Groch, nasiona suche, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna świeża, Boczek wędzony bez kości, Cebula, Mąka pszenna, typ 550, Majeranek suszony)</i> zraz mielony z kapustą w sosie pomidorowym 146g (gluten,jaja,mleko) <i>(Wieprzowina, szynka surowa, Kapusta biała, Koncentrat pomidorowy, 30%, Jaja kurze całe, Mąka pszenna, typ 550, Śmietana, 18% tłuszczu, Bułka tarta)</i> buraki ćwikłowe zasmażane 155g (gluten,mleko) <i>(Buraki, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 550)</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i>	serek wanilinowy 150g (mleko)	Kielbasa żywiecka, wieprzowo - wołowa 40g rolada ustrzycka 30g Masło ekstra 10g (mleko) Chleb baltonowski 50g (gluten) Chleb żytni razowy 50g (gluten) Herbata czarna, napar z cukrem 250g Pomidory koktajlowe 30g	

Jadłospis	Czwartek (2026-08-27)					
DIETA PODSTAWOWA	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
E [kcal]: 2357.84, B [g]: 113.24, T [g]: 81.25, W [g]: 308.41, Błonnik [g]: 32.96, BW [g]: 42.54, BR [g]: 39.42, Cukier [g]: 90.16, Sód [mg]: 1883.97	Kasza jaglana na mleku 300g <u>(mleko)</u> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza jaglana)</i> serdelek drobiowy 160g <u>(mleko,jaja,gorczyca,seler)</u> ser topiony trójkącik 18g <u>(mleko)</u> Ketchup (ketchup) 12g Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Chleb bałtonowski 50g <u>(gluten)</u> Bułka grahamka 50g <u>(gluten)</u> Salata 20g Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	mus owocowy 100g	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 357g <u>(seler,gluten)</u> <i>(Kości, wywar, Groch, nasiona suche, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna świeża, Boczek wędzony bez kości, Cebula, Mąka pszenna, typ 550, Majeranek suszony)</i> zraz mielony z kapustą w sosie pomidorowym 146g <u>(gluten,jaja,mleko)</u> <i>(Wieprzowina, szynka surowa, Kapusta biała, Koncentrat pomidorowy, 30%, Jaja kurze całe, Mąka pszenna, typ 550, Śmietana, 18% tłuszczu, Bułka tarta)</i> buraki ćwikłowe zasmażane 155g <u>(gluten,mleko)</u> <i>(Buraki, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 550)</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i>	serek wanilinowy 150g <u>(mleko)</u>	Kielbasa żywiecka, wieprzowo - wołowa 40g rolada ustrzycka 30g Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Chleb bałtonowski 50g <u>(gluten)</u> Chleb żytni razowy 50g <u>(gluten)</u> Herbata czarna, napar z cukrem 250g Pomidory koktajlowe 30g	
dieta wątrobowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
E [kcal]: 2366.68, B [g]: 116.34, T [g]: 83.1, W [g]: 302.82, Błonnik [g]: 31.97, BW [g]: 46.95, BR [g]: 38.09, Cukier [g]: 87.37, Sód [mg]: 1934.29	Kasza jaglana na mleku 300g <u>(mleko)</u> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza jaglana)</i> serdelek drobiowy 160g <u>(mleko,jaja,gorczyca,seler)</u> Ser Mozzarella, w zalewie 30g <u>(mleko)</u> Ketchup (ketchup) 12g Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Chleb bałtonowski 50g <u>(gluten)</u> Bułka grahamka 50g <u>(gluten)</u> Salata 20g Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	mus owocowy 100g	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 357g <u>(seler,gluten)</u> <i>(Kości, wywar, Groch, nasiona suche, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna świeża, Boczek wędzony bez kości, Cebula, Mąka pszenna, typ 550, Majeranek suszony)</i> Gulasz z fileta indyka 117g <u>(gluten,mleko)</u> <i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Śmietana, 18% tłuszczu, Koper ogrodowy, Mąka pszenna, typ 550, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Cebula)</i> buraki ćwikłowe zasmażane 155g <u>(gluten,mleko)</u> <i>(Buraki, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 550)</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i>	serek wanilinowy 150g <u>(mleko)</u>	Kielbasa żywiecka, wieprzowo - wołowa 40g szynka drobiowa 30g <u>(gluten,mleko,soja,siarka,gorczyca,seler)</u> Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Chleb bałtonowski 50g <u>(gluten)</u> Chleb żytni razowy 50g <u>(gluten)</u> Herbata czarna, napar z cukrem 250g Pomidory koktajlowe 30g	

Jadłospis	Piątek (2026-08-28)					
dieta cukrzycowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja II
E [kcal]: 1575.4 , B [g]: 75.37 , T [g]: 39.54 , W [g]: 240.18 , Błonnik [g]: 30.78 , BW [g]: 21.97 , BR [g]: 19.62 , Cukier [g]: 77.21 , Sód [mg]: 1240.03	Makaron na mleku 300g (<u>mleko,gluten</u>) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny)</i> szynka konserwowa 40g (<u>mleko,jaja,gorczyca,seler</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb żytni razowy 60g (<u>gluten</u>) Rzodkiewka 30g Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g	sok pomidorowy 300g	Zupa krupnik zabieleny z ziemniakami 356g (<u>seler,gluten,mleko</u>) <i>(Kości, wywar, Ziemniaki, wczesne, Kasza jęczmienna, perłowa, Włoszczyzna świeża, Śmietana, 18% tłuszczu, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> ryba w sosie greckim 205g (<u>ryby,seler</u>) <i>(ryba mintaj mrożona kostka, Marchew, Seler korzeniowy, Pietruszka, korzeń, Koncentrat pomidorowy, 30%, Por, Olej rzepakowy)</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy ze słodzikiem 253g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Ksylitol - cukier brzożowy)</i>	Kisiel owocowy, przygotowany 150g Jabłko 20g	kielbasa szynkowa 40g (<u>gluten,mleko,ryby,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Ogórek kiszony 40g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb żytni razowy 60g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Wiśnie bez pestek, mrożone 20g Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 50g (<u>mleko</u>)
dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
E [kcal]: 1941.14 , B [g]: 76.64 , T [g]: 49.64 , W [g]: 308.41 , Błonnik [g]: 33.73 , BW [g]: 12.77 , BR [g]: 29.1 , Cukier [g]: 94.68 , Sód [mg]: 1623.79	Makaron na mleku 300g (<u>mleko,gluten</u>) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny)</i> szynka konserwowa 40g (<u>mleko,jaja,gorczyca,seler</u>) serek twarogowy tartar 40g (<u>mleko</u>) Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Rzodkiewka 30g Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	sok pomidorowy 300g	Zupa krupnik zabieleny z ziemniakami 356g (<u>seler,gluten,mleko</u>) <i>(Kości, wywar, Ziemniaki, wczesne, Kasza jęczmienna, perłowa, Włoszczyzna świeża, Śmietana, 18% tłuszczu, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> ryba w sosie greckim 205g (<u>ryby,seler</u>) <i>(ryba mintaj mrożona kostka, Marchew, Seler korzeniowy, Pietruszka, korzeń, Koncentrat pomidorowy, 30%, Por, Olej rzepakowy)</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i>	Kisiel owocowy, przygotowany 150g Jabłko 20g	pasta z ciecierzycy z suszonymi pomidorami 50g <i>(Ciecioraka konserwowa (ciecierzyca), Pomidory suszone w oleju)</i> kielbasa szynkowa 30g (<u>gluten,mleko,ryby,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Ogórek kiszony 30g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g	

Jadłospis	Piątek (2026-08-28)					
DIETA PODSTAWOWA	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
E [kcal]: 1941.14 , B [g]: 76.64 , T [g]: 49.64 , W [g]: 308.41 , Błonnik [g]: 33.73 , BW [g]: 12.77 , BR [g]: 29.1 , Cukier [g]: 94.68 , Sód [mg]: 1623.79	Makaron na mleku 300g <u>(mleko,gluten)</u> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny)</i> szynka konserwowa 40g <u>(mleko,jaja,gorczyca,seler)</u> serek twarogowy tartar 40g <u>(mleko)</u> Bułka grahamka 50g <u>(gluten)</u> Chleb baltonowski 50g <u>(gluten)</u> Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Rzodkiewka 30g Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	sok pomidorowy 300g	Zupa krupnik zabieleny z ziemniakami 356g <u>(seler,gluten,mleko)</u> <i>(Kości, wywar, Ziemniaki, wczesne, Kasza jęczmienna, perłowa, Włoszczyzna świeża, Śmietana, 18% tłuszczu, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> ryba w sosie greckim 205g <u>(ryby,seler)</u> <i>(ryba mintaj mrożona kostka, Marchew, Seler korzeniowy, Pietruszka, korzeń, Koncentrat pomidorowy, 30%, Por, Olej rzepakowy)</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i>	Kisiel owocowy, przygotowany 150g Jabłko 20g	pasta z ciecierzycy z suszonymi pomidorami 50g <i>(Cieciorka konserwowa (ciecierzyca), Pomidory suszone w oleju)</i> kielbasa szynkowa 30g <u>(gluten,mleko,ryby,soja,siarka,gorczyca,seler)</u> Ogórek kiszony 30g Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Chleb baltonowski 50g <u>(gluten)</u> Chleb żytni razowy 50g <u>(gluten)</u> Herbata czarna, napar z cukrem 250g	
dieta wątrobowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
E [kcal]: 1997.54 , B [g]: 76.17 , T [g]: 53.91 , W [g]: 315.19 , Błonnik [g]: 31.76 , BW [g]: 12.77 , BR [g]: 26.58 , Cukier [g]: 106.27 , Sód [mg]: 1486.29	Makaron na mleku 300g <u>(mleko,gluten)</u> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny)</i> szynka konserwowa 40g <u>(mleko,jaja,gorczyca,seler)</u> serek twarogowy tartar 40g <u>(mleko)</u> Bułka grahamka 50g <u>(gluten)</u> Chleb baltonowski 50g <u>(gluten)</u> Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Pomidor 30g Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	sok marchew-jabłko,banan 300g	Zupa krupnik zabieleny z ziemniakami 356g <u>(seler,gluten,mleko)</u> <i>(Kości, wywar, Ziemniaki, wczesne, Kasza jęczmienna, perłowa, Włoszczyzna świeża, Śmietana, 18% tłuszczu, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> ryba w sosie greckim 205g <u>(ryby,seler)</u> <i>(ryba mintaj mrożona kostka, Marchew, Seler korzeniowy, Pietruszka, korzeń, Koncentrat pomidorowy, 30%, Por, Olej rzepakowy)</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i>	Kisiel owocowy, przygotowany 150g Jabłko 20g	szynka wędzona 40g <u>(gluten,mleko,soja,gorczyca,seler)</u> serek twarogowy tartar 40g <u>(mleko)</u> Ogórek kiszony 30g Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Chleb baltonowski 50g <u>(gluten)</u> Chleb żytni razowy 50g <u>(gluten)</u> Herbata czarna, napar z cukrem 250g	

Sobota (2026-08-29)						
Jadłospis						
dieta cukrzycowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja II
E [kcal]: 1680.28 , B [g]: 82.81 , T [g]: 64.37 , W [g]: 207.81 , Błonnik [g]: 28.08 , BW [g]: 55.77 , BR [g]: 22.39 , Cukier [g]: 47.34 , Sód [mg]: 1876.34	Płatki owsiane na mleku 300g (<u>gluten,mleko</u>) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki owsiane)</i> Jaja kurze całe 50g (<u>jaja</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 60g (<u>gluten</u>) Ogórek świeży (długi) 30g Szczypiorek 2g Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g	Budyń bez cukru o smaku czekoladowym, przygotowany 150g Wiśnie bez pestek, mrożone 20g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 355g (<u>seler,gluten,mleko</u>) <i>(Kości, wywar, Ogórek kiszony, Ziemniaki, wczesne, Włoszczyzna świeża, Masło ekstra, Śmietana, 18% tłuszczu, Koper ogrodowy, Mąka pszenna, typ 550, Pietruszka, liście natka pietruszki)</i> pulpet z szynki w sosie koperkowym/potrawkowym 112g (<u>gluten,jaja,mleko</u>) <i>(Wieprzowina, mielona, Jaja kurze całe, Śmietana, 18% tłuszczu, Bułka tarta, Koper ogrodowy)</i> buraki ćwikłowe zasmażane 155g (<u>gluten,mleko</u>) <i>(Buraki, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 550)</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy ze słodziakiem 253g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Ksylitol - cukier brzożowy)</i>	Pomidor 120g Ser Mozzarella, w zalewie 30g (<u>mleko</u>) Oliwa z oliwek 2g	szynka drobiowa 40g (<u>gluten,mleko,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Pomidory koktajlowe 30g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 60g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	kanapka z serem i pomidorem 72g (<u>gluten,mleko</u>) <i>(Chleb żytni razowy, Ser żółty, Pomidor, Masło ekstra, Szczypiorek)</i>
dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
E [kcal]: 1986.15 , B [g]: 85.3 , T [g]: 63.27 , W [g]: 282.44 , Błonnik [g]: 26.52 , BW [g]: 49.06 , BR [g]: 28.54 , Cukier [g]: 96.31 , Sód [mg]: 1957.47	Płatki owsiane na mleku 300g (<u>gluten,mleko</u>) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki owsiane)</i> Jaja kurze całe 50g (<u>jaja</u>) Ser Mozzarella, w zalewie 30g (<u>mleko</u>) Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb bałtonowski 50g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Ogórek świeży (długi) 30g Szczypiorek 2g Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	Jogurt owocowy (różne smaki) 100g (<u>mleko</u>)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 355g (<u>seler,gluten,mleko</u>) <i>(Kości, wywar, Ogórek kiszony, Ziemniaki, wczesne, Włoszczyzna świeża, Masło ekstra, Śmietana, 18% tłuszczu, Koper ogrodowy, Mąka pszenna, typ 550, Pietruszka, liście natka pietruszki)</i> pulpet z szynki w sosie koperkowym/potrawkowym 112g (<u>gluten,jaja,mleko</u>) <i>(Wieprzowina, mielona, Jaja kurze całe, Śmietana, 18% tłuszczu, Bułka tarta, Koper ogrodowy)</i> buraki ćwikłowe zasmażane 155g (<u>gluten,mleko</u>) <i>(Buraki, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 550)</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i>	Banan 150g	pasztetowa firmowa 40g (<u>gluten,mleko,soja,gorczyca,seler</u>) szynka drobiowa 30g (<u>gluten,mleko,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Pomidory koktajlowe 30g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb bałtonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g	

Jadłospis	Sobota (2026-08-29)				
DIETA PODSTAWOWA	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 1986.15 , B [g]: 85.3 , T [g]: 63.27 , W [g]: 282.44 , Błonnik [g]: 26.52 , BW [g]: 49.06 , BR [g]: 28.54 , Cukier [g]: 96.31 , Sód [mg]: 1957.47	Płatki owsiane na mleku 300g (<u>gluten,mleko</u>) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki owsiane)</i> Jaja kurze całe 50g (<u>jaja</u>) Ser Mozzarella, w zalewie 30g (<u>mleko</u>) Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Ogórek świeży (długi) 30g Szczypiorek 2g Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	Jogurt owocowy (różne smaki) 100g (<u>mleko</u>)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 355g (<u>seler,gluten,mleko</u>) <i>(Kości, wywar, Ogórek kiszony, Ziemniaki, wczesne, Włoszczyzna świeża, Masło ekstra, Śmietana, 18% tłuszczu, Koper ogrodowy, Mąka pszenna, typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> pulpet z szynki w sosie koperkowym/potrawkowym 112g (<u>gluten,jaja,mleko</u>) <i>(Wieprzowina, mielona, Jaja kurze całe, Śmietana, 18% tłuszczu, Bułka tarta, Koper ogrodowy)</i> buraki ćwikłowe zasmażane 155g (<u>gluten,mleko</u>) <i>(Buraki, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 550)</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i>	Banan 150g	pasztetowa firmowa 40g (<u>gluten,mleko,soja,gorczyca,seler</u>) szynka drobiowa 30g (<u>gluten,mleko,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Pomidory koktajlowe 30g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g
dieta wątrobowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 2210.83 , B [g]: 97.72 , T [g]: 80.2 , W [g]: 287.72 , Błonnik [g]: 26.9 , BW [g]: 49.26 , BR [g]: 28.76 , Cukier [g]: 98.71 , Sód [mg]: 2249.01	Płatki owsiane na mleku 300g (<u>gluten,mleko</u>) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki owsiane)</i> serdelek drobiowy 160g (<u>mleko,jaja,gorczyca,seler</u>) Ser Mozzarella, w zalewie 30g (<u>mleko</u>) Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Ketchup (ketchup) 12g Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Ogórek świeży (długi) 30g Szczypiorek 2g Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	Jogurt owocowy (różne smaki) 100g (<u>mleko</u>)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 355g (<u>seler,gluten,mleko</u>) <i>(Kości, wywar, Ogórek kiszony, Ziemniaki, wczesne, Włoszczyzna świeża, Masło ekstra, Śmietana, 18% tłuszczu, Koper ogrodowy, Mąka pszenna, typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> pulpet z szynki w sosie koperkowym/potrawkowym 112g (<u>gluten,jaja,mleko</u>) <i>(Wieprzowina, mielona, Jaja kurze całe, Śmietana, 18% tłuszczu, Bułka tarta, Koper ogrodowy)</i> buraki ćwikłowe zasmażane 155g (<u>gluten,mleko</u>) <i>(Buraki, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 550)</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i>	Banan 150g	szynka drobiowa 30g (<u>gluten,mleko,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Kielbasa żywiecka, wieprzowo - wołowa 30g Pomidory koktajlowe 30g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g

Jadłospis	Niedziela (2026-08-30)					
dieta cukrzycowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja II
E [kcal]: 1789.38 , B [g]: 92.02 , T [g]: 54.05 , W [g]: 249.75 , Błonnik [g]: 29.11 , BW [g]: 67.49 , BR [g]: 21.73 , Cukier [g]: 89.65 , Sód [mg]: 1324.58	Płatki ryżowe na mleku 300g (<u>mleko</u>) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki ryżowe, błyskawiczne)</i> Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 40g (<u>mleko</u>) Koncentrat pomidorowy, 30% 10g Śmietana , 18% tłuszczu 5g (<u>mleko</u>) Pomidor 30g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb żytni razowy 60g (<u>gluten</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g	sok przecierowy marchew,jabłko , banan 300g	zupa pieczarkowa z makaronem 353g (<u>seler.gluten,mleko</u>) <i>(Kości, wywar, Pieczarki, świeże, Włoszczyzna świeża, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, Śmietana, 18% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 550, Koper ogrodowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> Potrąwka z kurczaka z warzywami 276g (<u>seler.gluten,mleko</u>) <i>(Kurczak, tuszka, Brokuły, Fasolka szparagowa, mrożona, Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Groszek zielony, mrożony, Śmietana, 18% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 550)</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy ze słodzikiem 253g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Ksylitol - cukier brzożowy)</i>	Kisiel owocowy, przygotowany 130g Jabłko 20g	Polędwica sopocka 40g (<u>gluten,mleko,soja,seler</u>) Sałata 30g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb żytni razowy 60g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (<u>mleko</u>) Brzoskwinia w syropie 30g
dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
E [kcal]: 2058.12 , B [g]: 105.66 , T [g]: 61.32 , W [g]: 285.06 , Błonnik [g]: 26.84 , BW [g]: 74.69 , BR [g]: 29.07 , Cukier [g]: 94.21 , Sód [mg]: 1871.74	Płatki ryżowe na mleku 300g (<u>mleko</u>) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki ryżowe, błyskawiczne)</i> Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 40g (<u>mleko</u>) Koncentrat pomidorowy, 30% 10g Śmietana , 18% tłuszczu 5g (<u>mleko</u>) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 25g Pomidor 30g Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb bałtonowski 50g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	sok przecierowy marchew,jabłko , banan 300g	zupa pieczarkowa z makaronem 353g (<u>seler.gluten,mleko</u>) <i>(Kości, wywar, Pieczarki, świeże, Włoszczyzna świeża, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, Śmietana, 18% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 550, Koper ogrodowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> Potrąwka z kurczaka z warzywami 276g (<u>seler.gluten,mleko</u>) <i>(Kurczak, tuszka, Brokuły, Fasolka szparagowa, mrożona, Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Groszek zielony, mrożony, Śmietana, 18% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 550)</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i>	Jogurt owocowy (różne smaki) 100g (<u>mleko</u>)	Polędwica sopocka 40g (<u>gluten,mleko,soja,seler</u>) Ser żółty 30g (<u>mleko</u>) Sałata 30g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb bałtonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g	

Jadłospis	Niedziela (2026-08-30)				
DIETA PODSTAWOWA	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 2058.12 , B [g]: 105.66 , T [g]: 61.32 , W [g]: 285.06 , Błonnik [g]: 26.84 , BW [g]: 74.69 , BR [g]: 29.07 , Cukier [g]: 94.21 , Sód [mg]: 1871.74	Płatki ryżowe na mleku 300g (<u>mleko</u>) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki ryżowe, błyskawiczne)</i> Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 40g (<u>mleko</u>) Koncentrat pomidorowy, 30% 10g Śmietana , 18% tłuszczu 5g (<u>mleko</u>) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 25g Pomidor 30g Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	sok przecierowy marchew,jabłko , banan 300g	zupa pieczarkowa z makaronem 353g (<u>seler.gluten,mleko</u>) <i>(Kości, wywar, Pieczarki, świeże, Włoszczyzna świeża, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, Śmietana, 18% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 550, Koper ogrodowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> Potrąwka z kurczaka z warzywami 276g (<u>seler.gluten,mleko</u>) <i>(Kurczak, tuszka, Brokuły, Fasolka szparagowa, mrożona, Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Groszek zielony, mrożony, Śmietana, 18% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 550)</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy 33g (<i>Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier</i>)	Jogurt owocowy (różne smaki) 100g (<u>mleko</u>)	Polędwica sopocka 40g (<u>gluten,mleko,soja,seler</u>) Ser żółty 30g (<u>mleko</u>) Sałata 30g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g
dieta wątrobowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 2009.61 , B [g]: 101.16 , T [g]: 55.29 , W [g]: 290.97 , Błonnik [g]: 26.38 , BW [g]: 71.92 , BR [g]: 27.19 , Cukier [g]: 94.44 , Sód [mg]: 1742.95	Płatki ryżowe na mleku 300g (<u>mleko</u>) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki ryżowe, błyskawiczne)</i> Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 40g (<u>mleko</u>) Koncentrat pomidorowy, 30% 10g Śmietana , 18% tłuszczu 5g (<u>mleko</u>) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 25g Pomidor 30g Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	sok przecierowy marchew,jabłko , banan 300g	Zupa ryżowa na rosole 353g (<u>seler</u>) <i>(Kości, wywar, Włoszczyzna świeża, Ryż biały, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> Potrąwka z kurczaka z warzywami 276g (<u>seler.gluten,mleko</u>) <i>(Kurczak, tuszka, Brokuły, Fasolka szparagowa, mrożona, Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Groszek zielony, mrożony, Śmietana, 18% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 550)</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy 33g (<i>Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier</i>)	Jogurt owocowy (różne smaki) 100g (<u>mleko</u>)	Polędwica sopocka 40g (<u>gluten,mleko,soja,seler</u>) Ser Mozzarella, w zalewie 30g (<u>mleko</u>) Sałata 30g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g

Jadłospis	Poniedziałek (2026-08-31)				
dieta cukrzycowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 1893.25, B [g]: 89.21, T [g]: 73.35, W [g]: 233.51, Błonnik [g]: 24.17, BW [g]: 66.9, BR [g]: 21.72, Cukier [g]: 51.6, Sód [mg]: 1783.62	Zupa mleczna zacierka na mleku 300g (<u>mleko,gluten</u>) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, Makaron bezglutenowy) Szynka kanapkowa 40g (<u>gluten,mleko,soja,seler</u>) <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 60g (<u>gluten</u>) Salata 20g Pomidor 20g Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g	Jabłko 150g Cynamon w proszku 0g	żurek z pulpecikami 354g (<u>seler,gluten,mleko,jaja</u>) (Kości, wywar, Wieprzowina, mielona, Włoszczyzna świeża, <u>Jaja</u> kurze całe, <u>Śmietana</u> , 18% tłuszczu, Bułka tarta, Mąka <u>pszenna</u> , typ 550) ryż z jabłkiem , śmietaną i cynamonem 231g (<u>mleko</u>) (Jabłko, Ryż biały, <u>Śmietana</u> , 18% tłuszczu, Cynamon w proszku) kompot owocowy ze słodzikiem 253g (Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Ksylitol - cukier brzożowy)	twarożek z musem truskawkowym i orzechami włoskimi 100g (<u>mleko,orzechy</u>) (<u>Ser twarogowy (twaróg)</u> półtłusty, Truskawki, mrożone, <u>Orzechy włoskie</u> , <u>Jogurt</u> naturalny, 2% tłuszczu, Ksylitol - cukier brzożowy)	Kielbasa żywiecka, wieprzowo - wołowa 40g Pomidory koktajlowe 30g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 60g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g
dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 2463.58, B [g]: 107.06, T [g]: 82.92, W [g]: 334.71, Błonnik [g]: 21.89, BW [g]: 66.93, BR [g]: 31.38, Cukier [g]: 91.39, Sód [mg]: 2326.71	Zupa mleczna zacierka na mleku 300g (<u>mleko,gluten</u>) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, Makaron bezglutenowy) Ser żółty 40g (<u>mleko</u>) Szynka kanapkowa 30g (<u>gluten,mleko,soja,seler</u>) Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb bałtonowski 50g (<u>gluten</u>) <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Salata 20g Pomidor 20g Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	Sok jabłkowy 200g Herbatniki 50g (<u>gluten,mleko,soja</u>)	żurek z pulpecikami 354g (<u>seler,gluten,mleko,jaja</u>) (Kości, wywar, Wieprzowina, mielona, Włoszczyzna świeża, <u>Jaja</u> kurze całe, <u>Śmietana</u> , 18% tłuszczu, Bułka tarta, Mąka <u>pszenna</u> , typ 550) ryż z jabłkiem , śmietaną i cynamonem 231g (<u>mleko</u>) (Jabłko, Ryż biały, <u>Śmietana</u> , 18% tłuszczu, Cynamon w proszku) kompot owocowy 33g (Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)	twarożek z musem truskawkowym i orzechami włoskimi 100g (<u>mleko,orzechy</u>) (<u>Ser twarogowy (twaróg)</u> półtłusty, Truskawki, mrożone, <u>Orzechy włoskie</u> , <u>Jogurt</u> naturalny, 2% tłuszczu, Ksylitol - cukier brzożowy)	ser topiony plastry 34g (<u>mleko</u>) Pomidory koktajlowe 30g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb bałtonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g Kielbasa żywiecka, wieprzowo - wołowa 40g
DIETA PODSTAWOWA	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 2463.58, B [g]: 107.06, T [g]: 82.92, W [g]: 334.71, Błonnik [g]: 21.89, BW [g]: 66.93, BR [g]: 31.38, Cukier [g]: 91.39, Sód [mg]: 2326.71	Zupa mleczna zacierka na mleku 300g (<u>mleko,gluten</u>) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, Makaron bezglutenowy) Ser żółty 40g (<u>mleko</u>) Szynka kanapkowa 30g (<u>gluten,mleko,soja,seler</u>) Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb bałtonowski 50g (<u>gluten</u>) <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Salata 20g Pomidor 20g Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	Sok jabłkowy 200g Herbatniki 50g (<u>gluten,mleko,soja</u>)	żurek z pulpecikami 354g (<u>seler,gluten,mleko,jaja</u>) (Kości, wywar, Wieprzowina, mielona, Włoszczyzna świeża, <u>Jaja</u> kurze całe, <u>Śmietana</u> , 18% tłuszczu, Bułka tarta, Mąka <u>pszenna</u> , typ 550) ryż z jabłkiem , śmietaną i cynamonem 231g (<u>mleko</u>) (Jabłko, Ryż biały, <u>Śmietana</u> , 18% tłuszczu, Cynamon w proszku) kompot owocowy 33g (Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)	twarożek z musem truskawkowym i orzechami włoskimi 100g (<u>mleko,orzechy</u>) (<u>Ser twarogowy (twaróg)</u> półtłusty, Truskawki, mrożone, <u>Orzechy włoskie</u> , <u>Jogurt</u> naturalny, 2% tłuszczu, Ksylitol - cukier brzożowy)	ser topiony plastry 34g (<u>mleko</u>) Pomidory koktajlowe 30g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb bałtonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g Kielbasa żywiecka, wieprzowo - wołowa 40g

Jadłospis	Poniedziałek (2026-08-31)				
dieta wątrobowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 2403.74 , B [g]: 84.21 , T [g]: 67.39 , W [g]: 378.09 , Błonnik [g]: 25.09 , BW [g]: 46.7 , BR [g]: 31.45 , Cukier [g]: 116.84 , Sód [mg]: 2026.68	Zupa mleczna zacierka na mleku 300g (<u>mleko,gluten</u>) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Makaron bezglutenowy)</i> Szynka kanapkowa 30g (<u>gluten,mleko,soja,seler</u>) serek twarogowy tartar 40g (<u>mleko</u>) Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Salata 20g Pomidor 20g Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	Sok jabłkowy 200g Herbatniki 50g (<u>gluten,mleko,soja</u>)	ryż z jabłkiem , śmietaną i cynamonem 231g (<u>mleko</u>) <i>(Jabłko, Ryż biały, <u>Śmietana</u>, 18% tłuszczu, Cynamon w proszku)</i> kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i> zupa ziemniaczana z pupecikami 450g (<u>seler,gluten,mleko,jaja</u>) <i>(Kości, wywar, Wieprzowina, mielona, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna świeża, <u>Jaja</u> kurze całe, Bułka tarta, Mąka <u>pszenna</u>, typ 550, <u>Śmietana</u>, 18% tłuszczu, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i>	Kisiel owocowy, przygotowany 150g	Kielbasa żywiecka, wieprzowo - wołowa 40g szynka drobiowa 30g <u>(gluten,mleko,soja,siarka,gorczyca,seler)</u> Pomidory koktajlowe 30g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g

Jadłospis	Wtorek (2026-09-01)					
dieta cukrzycowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja II
E [kcal]: 1869.5 , B [g]: 81.89 , T [g]: 70.33 , W [g]: 241.15 , Błonnik [g]: 28.64 , BW [g]: 37.06 , BR [g]: 18.95 , Cukier [g]: 86.47 , Sód [mg]: 1108.21	Kasza kuskus na mleku 300g <u>(mleko,gluten)</u> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza kuskus)</i> parówka hot-dog z indyka 160g <u>(gluten,mleko,jaja,soja,siarka,gorczyca,seler)</u> Chleb żytni razowy 60g <u>(gluten)</u> Ketchup (ketchup) 12g Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g <u>(mleko)</u>	Zupa kalafiorowa 358g <u>(mleko,seler,gluten)</u> <i>(Kości, wywar, Kalafior, mrożony, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna świeża, Śmietana, 18% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> Gulasz z fileta indyka 117g <u>(gluten,mleko)</u> <i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Śmietana, 18% tłuszczu, Koper ogrodowy, Mąka pszenna, typ 550, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Cebula)</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy ze słodzikiem 253g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Ksylitol - cukier brzożowy)</i>	sok przecierowy marchew,jabłko , banan 300g	kielbasa szynkowa 40g <u>(gluten,mleko,ryby,soja,siarka,gorczyca,seler)</u> Buraki, gotowane 60g Papryka czerwona 15g Jabłko 20g Olej rzepakowy 3g Ocet jabłkowy 2g <u>(siarka)</u> Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Chleb żytni razowy 60g <u>(gluten)</u> Herbata czarna, napar bez cukru 250g	kisiel z truskawkami 150g <i>(Kisiel owocowy, przygotowany, Truskawki, mrożone)</i>
dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
E [kcal]: 2294.44 , B [g]: 105.44 , T [g]: 84.89 , W [g]: 290.46 , Błonnik [g]: 32.54 , BW [g]: 37.23 , BR [g]: 29.82 , Cukier [g]: 88.55 , Sód [mg]: 1528.2	Kasza kuskus na mleku 300g <u>(mleko,gluten)</u> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza kuskus)</i> parówka hot-dog z indyka 160g <u>(gluten,mleko,jaja,soja,siarka,gorczyca,seler)</u> Ketchup (ketchup) 12g ser topiony plastry 35g <u>(mleko)</u> Bułka grahamka 50g <u>(gluten)</u> Chleb baltonowski 50g <u>(gluten)</u> Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g <u>(mleko)</u>	Zupa kalafiorowa 358g <u>(mleko,seler,gluten)</u> <i>(Kości, wywar, Kalafior, mrożony, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna świeża, Śmietana, 18% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> Gulasz z fileta indyka 117g <u>(gluten,mleko)</u> <i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Śmietana, 18% tłuszczu, Koper ogrodowy, Mąka pszenna, typ 550, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Cebula)</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i> marchewka z groszkiem oprószana 156g <u>(mleko,gluten)</u> <i>(Marchew z groszkiem, mrożona, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 550)</i>	sok przecierowy marchew,jabłko , banan 300g	salceson włoski 40g <u>(gluten,jaja,soja,siarka,gorczyca,seler)</u> kielbasa szynkowa 30g <u>(gluten,mleko,ryby,soja,siarka,gorczyca,seler)</u> Buraki, gotowane 60g Papryka czerwona 15g Jabłko 20g Olej rzepakowy 3g Ocet jabłkowy 2g <u>(siarka)</u> Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Chleb baltonowski 50g <u>(gluten)</u> Chleb żytni razowy 50g <u>(gluten)</u> Herbata czarna, napar z cukrem 250g	

Wtorek (2026-09-01)						
Jadłospis						
DIETA PODSTAWOWA	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
E [kcal]: 2294.44 , B [g]: 105.44 , T [g]: 84.89 , W [g]: 290.46 , Błonnik [g]: 32.54 , BW [g]: 37.23 , BR [g]: 29.82 , Cukier [g]: 88.55 , Sód [mg]: 1528.2	Kasza kuskus na mleku 300g (<u>mleko,gluten</u>) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza kuskus)</i> parówka hot-dog z indyka 160g (<u>gluten,mleko,jaja,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Ketchup (ketchup) 12g ser topiony plastry 35g (<u>mleko</u>) Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (<u>mleko</u>)	Zupa kalafiorowa 358g (<u>mleko,seler,gluten</u>) <i>(Kości, wywar, Kalafior, mrożony, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna świeża, Śmietana, 18% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> Gulasz z fileta indyka 117g (<u>gluten,mleko</u>) <i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Śmietana, 18% tłuszczu, Koper ogrodowy, Mąka pszenna, typ 550, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Cebula)</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i> marchewka z groszkiem oprószana 156g (<u>mleko,gluten</u>) <i>(Marchew z groszkiem, mrożona, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 550)</i>	sok przecierowy marchew,jabłko , banan 300g	salceson włoski 40g (<u>gluten,jaja,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) kielbasa szynkowa 30g (<u>gluten,mleko,ryby,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Buraki, gotowane 60g Papryka czerwona 15g Jabłko 20g Olej rzepakowy 3g Ocet jabłkowy 2g (<u>siarka</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g	
dieta wątrobowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
E [kcal]: 2304.44 , B [g]: 102 , T [g]: 88.01 , W [g]: 290.63 , Błonnik [g]: 32.24 , BW [g]: 37.23 , BR [g]: 29.62 , Cukier [g]: 89.18 , Sód [mg]: 1527.75	Kasza kuskus na mleku 300g (<u>mleko,gluten</u>) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza kuskus)</i> parówka hot-dog z indyka 160g (<u>gluten,mleko,jaja,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Ketchup (ketchup) 12g ser topiony plastry 35g (<u>mleko</u>) Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (<u>mleko</u>)	Zupa kalafiorowa 358g (<u>mleko,seler,gluten</u>) <i>(Kości, wywar, Kalafior, mrożony, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna świeża, Śmietana, 18% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> Gulasz z fileta indyka 117g (<u>gluten,mleko</u>) <i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Śmietana, 18% tłuszczu, Koper ogrodowy, Mąka pszenna, typ 550, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Cebula)</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i> marchewka z groszkiem oprószana 156g (<u>mleko,gluten</u>) <i>(Marchew z groszkiem, mrożona, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 550)</i>	sok przecierowy marchew,jabłko , banan 300g	kielbasa szynkowa 30g (<u>gluten,mleko,ryby,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) serek twarogowy tartar 40g (<u>mleko</u>) Buraki, gotowane 60g Jabłko 20g Olej rzepakowy 3g Ocet jabłkowy 2g (<u>siarka</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g	

Jadłospis	środa (2026-09-02)					
dieta cukrzycowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja II
E [kcal]: 1866.86, B [g]: 89.63, T [g]: 48.43, W [g]: 289.29, Błonnik [g]: 40.93, BW [g]: 46.68, BR [g]: 35.65, Cukier [g]: 77.32, Sód [mg]: 2111.47	Kasza manna na mleku 300g <u>(mleko,gluten)</u> <i>(<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza manna)</i> Paszтет drobiowy 50g Chleb żytni razowy 60g <u>(gluten)</u> <u>Masło</u> ekstra 10g <u>(mleko)</u> Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g	Sok pomidorowy 300g	Zupa jarzynowa 356g <u>(seler,gluten)</u> <i>(Kości, wywar, Fasola biała, nasiona suche, Włoszczyzna świeża, Makaron bezglutenowy, Boczek wędzony bez kości, Cebula, Mąka <u>pszenna</u>, typ 550)</i> rolada drobiowa ,sos potrawkowy/koperkowy 130g <u>(jaja,gluten,mleko)</u> <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, <u>Jaja</u> kurze całe, Bułka tarta, Marchew, <u>Śmietana</u>, 18% tłuszczu, Mąka <u>pszenna</u>, typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Przyprawa "Jarzynka")</i> Ziemniaki, gotowane 200g surówka z warzyw mieszanych z olejem 153g <u>(seler)</u> <i>(Marchew, Kapusta biała, <u>Seler</u> korzeniowy, Pietruszka, korzeń, Olej rzepakowy, Por, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> kompot owocowy ze słodzikiem 253g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Ksylitol - cukier brzoźowy)</i>	kisiel z jabłkiem 160g <i>(Kisiel owocowy, przygotowany, Jabłko)</i>	paprykarz rybny z warzywami 50g <u>(ryby,seler)</u> <i>(ryba mintaj mrożona kostka, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Koncentrat pomidorowy, 30%)</i> Pomidory koktajlowe 30g <u>Masło</u> ekstra 10g <u>(mleko)</u> Chleb żytni razowy 60g <u>(gluten)</u> Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<u>Jogurt</u> naturalny, 2% tłuszczu 150g <u>(mleko)</u> Chrupki kukurydziane 20g

Jadłospis	środa (2026-09-02)				
dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 2116.58, B [g]: 98.09, T [g]: 53.54, W [g]: 327.25, Błonnik [g]: 34.13, BW [g]: 41.51, BR [g]: 38.93, Cukier [g]: 82.72, Sód [mg]: 1787.55	Kasza manna na mleku 300g <u>(mleko,gluten)</u> <i>(<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza manna)</i> Paszтет drobiowy 50g Miód pszczeli 25g Pomidory koktajlowe 30g Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Chleb bałtonowski 50g <u>(gluten)</u> Bułka grahamka 50g <u>(gluten)</u> Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g	serek wanilinowy 150g <u>(mleko)</u>	Zupa jarzynowa 356g <u>(seler,gluten)</u> <i>(Kości, wywar, Fasola biała, nasiona suche, Włoszczyzna świeża, Makaron bezglutenowy, Boczek wędzony bez kości, Cebula, Mąka <u>pszenna</u>, typ 550)</i> rolada drobiowa ,sos potrawkowy/koperkowy 130g <u>(jaja,gluten,mleko)</u> <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, <u>Jaja</u> kurze całe, Bułka tarta, Marchew, <u>Śmietana</u>, 18% tłuszczu, Mąka <u>pszenna</u>, typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Przyprawa "Jarzynka")</i> Ziemniaki, gotowane 200g surówka z warzyw mieszanych z olejem 153g <u>(seler)</u> <i>(Marchew, Kapusta biała, <u>Seler</u> korzeniowy, Pietruszka, korzeń, Olej rzepakowy, Por, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i>	Arbuz 150g	paprykarz rybny z warzywami 50g <u>(ryby,seler)</u> <i>(ryba mintaj mrożona kostka, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Koncentrat pomidorowy, 30%)</i> rolada ustrzycka 30g Pomidory koktajlowe 30g Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Chleb bałtonowski 50g <u>(gluten)</u> Chleb żytni razowy 50g <u>(gluten)</u> Herbata czarna, napar z cukrem 250g

Jadłospis	środa (2026-09-02)				
DIETA PODSTAWOWA	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 2116.58 , B [g]: 98.09 , T [g]: 53.54 , W [g]: 327.25 , Błonnik [g]: 34.13 , BW [g]: 41.51 , BR [g]: 38.93 , Cukier [g]: 82.72 , Sód [mg]: 1787.55	Kasza manna na mleku 300g (<u>mleko,gluten</u>) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza manna)</i> Pasztet drobiowy 50g Miód pszczeli 25g Pomidory koktajlowe 30g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb bałtonowski 50g (<u>gluten</u>) Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g	serek wanilinowy 150g (<u>mleko</u>)	Zupa jarzynowa 356g (<u>seler,gluten</u>) <i>(Kości, wywar, Fasola biała, nasiona suche, Włoszczyzna świeża, Makaron bezglutenowy, Boczek wędzony bez kości, Cebula, Mąka <u>pszenna</u>, typ 550)</i> rolada drobiowa ,sos potrawkowy/koperkowy 130g (<u>jaja,gluten,mleko</u>) <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, <u>Jaja</u> kurze całe, Bułka tarta, Marchew, <u>Śmietana</u>, 18% tłuszczu, Mąka <u>pszenna</u>, typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Przyprawa "Jarzynka")</i> Ziemniaki, gotowane 200g surówka z warzyw mieszanych z olejem 153g (<u>seler</u>) <i>(Marchew, Kapusta biała, <u>Seler</u> korzeniowy, Pietruszka, korzeń, Olej rzepakowy, Por, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i>	Arbuz 150g	paprykarz rybny z warzywami 50g (<u>ryby,seler</u>) <i>(ryba mintaj mrożona kostka, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Koncentrat pomidorowy, 30%)</i> rolada ustrzycka 30g Pomidory koktajlowe 30g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb bałtonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g

Jadłospis	środa (2026-09-02)				
dieta wątrobowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 2720.58, B [g]: 128.19, T [g]: 70.82, W [g]: 412.64, Błonnik [g]: 39.02, BW [g]: 67.58, BR [g]: 48.66, Cukier [g]: 99.22, Sód [mg]: 2637.35	Kasza manna na mleku 300g <u>(mleko,gluten)</u> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza manna)</i> twarożek ze szczypiorkiem 469g <u>(mleko,gluten)</u> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Ser <u>twarogowy (twaróg)</u> półtłusty, Bułka grahamka, Chleb bałtonowski, Makaron bezglutenowy, <u>Masło</u> ekstra, <u>Śmietana</u>, 18% tłuszczu, Cukier, Szczypiorek)</i> Miód pszczeli 25g Pomidory koktajlowe 30g <u>Masło</u> ekstra 10g <u>(mleko)</u> Chleb bałtonowski 50g <u>(gluten)</u> Bułka grahamka 50g <u>(gluten)</u> Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g	serek wanilinowy 150g <u>(mleko)</u>	Zupa jarznowa 356g <u>(seler,gluten)</u> <i>(Kości, wywar, Fasola biała, nasiona suche, Włoszczyzna świeża, Makaron bezglutenowy, Boczek wędzony bez kości, Cebula, Mąka <u>pszenna</u>, typ 550)</i> rolada drobiowa ,sos potrawkowy/koperkowy 130g <u>(jaja,gluten,mleko)</u> <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, <u>Jaja</u> kurze całe, Bułka tarta, Marchew, <u>Śmietana</u>, 18% tłuszczu, Mąka <u>pszenna</u>, typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Przyprawa "Jarzynka")</i> Ziemniaki, gotowane 200g surówka z warzyw mieszanych z olejem 153g <u>(seler)</u> <i>(Marchew, Kapusta biała, <u>Seler</u> korzeniowy, Pietruszka, korzeń, Olej rzepakowy, Por, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i>	Arbuz 150g	Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) 40g <u>(ryby)</u> Ser Mozzarella, w zalewie 30g <u>(mleko)</u> Pomidory koktajlowe 30g Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Chleb bałtonowski 50g <u>(gluten)</u> Chleb żytni razowy 50g <u>(gluten)</u> Herbata czarna, napar z cukrem 250g

Jadłospis	Czwartek (2026-09-03)					
dieta cukrzycowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja II
E [kcal]: 1760.58, B [g]: 87.62, T [g]: 58.56, W [g]: 235.18, Błonnik [g]: 28.64, BW [g]: 52.83, BR [g]: 25.61, Cukier [g]: 59.14, Sód [mg]: 1550.13	Płatki jęczmienne na mleku 300g (<u>mleko,gluten</u>) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki jęczmienne)</i> Jaja kurze całe 50g (<u>jaja</u>) Majonez z olejem rzepakowym 3g (<u>jaja</u>) serek twarogowy tartar 25g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 60g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Pomidor 30g	sok z buraka z jabłkiem 300g (<u>seler</u>)	Zupa pomidorowa z makaronem 351g (<u>seler,gluten,mleko</u>) <i>(Kości, wywar, Koncentrat pomidorowy, 30%, Makaron bezjajeczny, Włoszczyzna świeża, Śmietana, 18% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> schab duszony w sosie 121g (<u>gluten,mleko</u>) <i>(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Śmietana, 18% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 550, Olej rzepakowy, Cebula)</i> Ziemniaki, gotowane 200g fasolka szparagowa z masłem i bułką tartą 158g (<u>gluten,mleko</u>) <i>(Fasolka szparagowa, mrożona, Masło ekstra, Bułka tarta)</i> kompot owocowy ze słodzikiem 253g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Ksylitol - cukier brzożowy)</i>	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (<u>mleko</u>)	szynka drobiowa 40g (<u>gluten,mleko,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Ogórek świeży (długi) 30g Sałata 15g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 60g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	kanapka z szynką i papryką 66g (<u>gluten,mleko,soja,seler</u>) <i>(Chleb żytni razowy, Szynka kanapkowa, Papryka czerwona, Masło ekstra)</i>
dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
E [kcal]: 2085.29, B [g]: 92.15, T [g]: 66.51, W [g]: 291.84, Błonnik [g]: 26.79, BW [g]: 49.93, BR [g]: 30.68, Cukier [g]: 88.24, Sód [mg]: 1585.4	Płatki jęczmienne na mleku 300g (<u>mleko,gluten</u>) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki jęczmienne)</i> Jaja kurze całe 50g (<u>jaja</u>) Majonez z olejem rzepakowym 3g (<u>jaja</u>) serek twarogowy tartar 25g (<u>mleko</u>) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 25g Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g Pomidor 30g	sok z buraka z jabłkiem 300g (<u>seler</u>)	Zupa pomidorowa z makaronem 351g (<u>seler,gluten,mleko</u>) <i>(Kości, wywar, Koncentrat pomidorowy, 30%, Makaron bezjajeczny, Włoszczyzna świeża, Śmietana, 18% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> schab duszony w sosie 121g (<u>gluten,mleko</u>) <i>(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Śmietana, 18% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 550, Olej rzepakowy, Cebula)</i> Ziemniaki, gotowane 200g fasolka szparagowa z masłem i bułką tartą 158g (<u>gluten,mleko</u>) <i>(Fasolka szparagowa, mrożona, Masło ekstra, Bułka tarta)</i> kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i>	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (<u>mleko</u>)	szynka drobiowa 40g (<u>gluten,mleko,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) serek twarogowy tartar 40g (<u>mleko</u>) Ogórek świeży (długi) 30g Sałata 15g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g	

Jadłospis	Czwartek (2026-09-03)				
DIETA PODSTAWOWA	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 2085.29, B [g]: 92.15, T [g]: 66.51, W [g]: 291.84, Błonnik [g]: 26.79, BW [g]: 49.93, BR [g]: 30.68, Cukier [g]: 88.24, Sód [mg]: 1585.4	Płatki jęczmienne na mleku 300g (mleko,gluten) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, <u>Płatki jęczmienne</u>) Jaja kurze całe 50g (jaja) Majonez z olejem rzepakowym 3g (jaja) serek twarogowy tartar 25g (mleko) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 25g Bułka grahamka 50g (gluten) Chleb baltonowski 50g (gluten) Masło ekstra 10g (mleko) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g Pomidor 30g	sok z buraka z jabłkiem 300g (seler)	Zupa pomidorowa z makaronem 351g (seler,gluten,mleko) (Kości, wywar, Koncentrat pomidorowy, 30%, Makaron bezjajeczny, Włoszczyzna świeża, <u>Śmietana</u> , 18% tłuszczu, Mąka <u>pszenna</u> , typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki)) schab duszony w sosie 121g (gluten,mleko) (Wieprzowina, schab surowy bez kości, <u>Śmietana</u> , 18% tłuszczu, Mąka <u>pszenna</u> , typ 550, Olej rzepakowy, Cebula) Ziemniaki, gotowane 200g fasolka szparagowa z masłem i bułką tartą 158g (gluten,mleko) (Fasolka szparagowa, mrożona, <u>Masło</u> ekstra, Bułka tarta) kompot owocowy 33g (Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)	<u>Jogurt</u> naturalny, 2% tłuszczu 150g (mleko)	szynka drobiowa 40g (gluten,mleko,soja,siarka,gorczyca,seler) serek twarogowy tartar 40g (mleko) Ogórek świeży (długi) 30g Sałata 15g Masło ekstra 10g (mleko) Chleb baltonowski 50g (gluten) Chleb <u>żytni</u> razowy 50g (gluten) Herbata czarna, napar z cukrem 250g
dieta wątrobowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 1995.76, B [g]: 85.14, T [g]: 62.79, W [g]: 285.97, Błonnik [g]: 26.59, BW [g]: 43.65, BR [g]: 30.67, Cukier [g]: 80.67, Sód [mg]: 1503.02	Płatki jęczmienne na mleku 300g (mleko,gluten) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, <u>Płatki jęczmienne</u>) serek twarogowy tartar 40g (mleko) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 25g Bułka grahamka 50g (gluten) Chleb baltonowski 50g (gluten) Masło ekstra 10g (mleko) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g Pomidor 30g	mus owocowy 100g	Zupa pomidorowa z makaronem 351g (seler,gluten,mleko) (Kości, wywar, Koncentrat pomidorowy, 30%, Makaron bezjajeczny, Włoszczyzna świeża, <u>Śmietana</u> , 18% tłuszczu, Mąka <u>pszenna</u> , typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki)) schab duszony w sosie 121g (gluten,mleko) (Wieprzowina, schab surowy bez kości, <u>Śmietana</u> , 18% tłuszczu, Mąka <u>pszenna</u> , typ 550, Olej rzepakowy, Cebula) Ziemniaki, gotowane 200g fasolka szparagowa z masłem i bułką tartą 158g (gluten,mleko) (Fasolka szparagowa, mrożona, <u>Masło</u> ekstra, Bułka tarta) kompot owocowy 33g (Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)	<u>Jogurt</u> naturalny, 2% tłuszczu 150g (mleko)	szynka drobiowa 40g (gluten,mleko,soja,siarka,gorczyca,seler) serek twarogowy tartar 40g (mleko) Ogórek świeży (długi) 30g Sałata 15g Masło ekstra 10g (mleko) Chleb baltonowski 50g (gluten) Chleb <u>żytni</u> razowy 50g (gluten) Herbata czarna, napar z cukrem 250g

Jadłospis	Piątek (2026-09-04)					
dieta cukrzycowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja II
E [kcal]: 1915.15, B [g]: 94.69, T [g]: 68.28, W [g]: 246.1, Błonnik [g]: 30.6, BW [g]: 48.61, BR [g]: 29.58, Cukier [g]: 46.7, Sód [mg]: 2041.98	Kasza jaglana na mleku 300g (mleko) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza jaglana)</i> serdelek drobiowy 160g (mleko,jaja,gorczyca,seler) Ketchup (ketchup) 12g Sałata 20g Masło ekstra 10g (mleko) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Chleb żytni razowy 60g (gluten)	Budyń bez cukru o smaku czekoladowym, przygotowany 150g	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 352g (seler,gluten,mleko) <i>(Kości, wywar, Ziemniaki, średnio, Groszek zielony, mrożony, Włoszczyzna świeża, Śmietana, 18% tłuszczu, Koper ogrodowy, Mąka pszenna, typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> risotto z mięsem i warzywami w sosie pomidorowym 297g (seler,gluten,mleko) <i>(Wieprzowina, szynka surowa, Ryż biały, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Brokuły, mrożone, Fasolka szparagowa, mrożona, Kalafior, Koncentrat pomidorowy, 30%, Mąka pszenna, typ 550, Masło ekstra, Śmietana, 18% tłuszczu, Koper ogrodowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> kompot owocowy ze słodzikiem 253g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Ksylitol - cukier brzożowy)</i>	Sok pomidorowy 300g	sałatka z tuńczyka z groszkiem i kukurydzą 65g (ryby,jaja) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie), Groszek zielony, mrożony, Kukurydza konserwowa, Papryka czerwona, Majonez z olejem rzepakowym, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> Sałata 15g Pomidory koktajlowe 30g Masło ekstra 10g (mleko) Chleb żytni razowy 60g (gluten) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	kalafior z szynką 148g (gluten,mleko,soja,seler,jaja) <i>(Kalafior, mrożony, Szynka kanapkowa, Majonez z olejem rzepakowym, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i>
dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
E [kcal]: 2404, B [g]: 109.18, T [g]: 78.09, W [g]: 329.33, Błonnik [g]: 28.04, BW [g]: 56.67, BR [g]: 33.03, Cukier [g]: 87.22, Sód [mg]: 1895.57	Kasza jaglana na mleku 300g (mleko) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza jaglana)</i> serdelek drobiowy 160g (mleko,jaja,gorczyca,seler) Ketchup (ketchup) 12g ser topiony trójkącik 18g (mleko) Sałata 20g Bułka grahamka 50g (gluten) Chleb bałtonowski 50g (gluten) Masło ekstra 10g (mleko) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	Banan 150g	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 352g (seler,gluten,mleko) <i>(Kości, wywar, Ziemniaki, średnio, Groszek zielony, mrożony, Włoszczyzna świeża, Śmietana, 18% tłuszczu, Koper ogrodowy, Mąka pszenna, typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> risotto z mięsem i warzywami w sosie pomidorowym 297g (seler,gluten,mleko) <i>(Wieprzowina, szynka surowa, Ryż biały, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Brokuły, mrożone, Fasolka szparagowa, mrożona, Kalafior, Koncentrat pomidorowy, 30%, Mąka pszenna, typ 550, Masło ekstra, Śmietana, 18% tłuszczu, Koper ogrodowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i>	Budyń bez cukru o smaku czekoladowym, przygotowany 150g Wiśnie bez pestek, mrożone 20g	Ser żółty 40g (mleko) sałatka z tuńczyka z groszkiem i kukurydzą 65g (ryby,jaja) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie), Groszek zielony, mrożony, Kukurydza konserwowa, Papryka czerwona, Majonez z olejem rzepakowym, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> Sałata 15g Pomidory koktajlowe 30g Masło ekstra 10g (mleko) Chleb bałtonowski 50g (gluten) Chleb żytni razowy 50g (gluten) Herbata czarna, napar z cukrem 250g	

Jadłospis	Piątek (2026-09-04)				
DIETA PODSTAWOWA	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 2404, B [g]: 109.18, T [g]: 78.09, W [g]: 329.33, Błonnik [g]: 28.04, BW [g]: 56.67, BR [g]: 33.03, Cukier [g]: 87.22, Sód [mg]: 1895.57	Kasza jaglana na mleku 300g <u>(mleko)</u> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza jaglana)</i> serdelek drobiowy 160g <u>(mleko,jaja,gorczyca,seler)</u> Kecup (ketchup) 12g ser topiony trójkącik 18g <u>(mleko)</u> Sałata 20g Bułka grahamka 50g <u>(gluten)</u> Chleb bałtonowski 50g <u>(gluten)</u> Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	Banan 150g	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 352g <u>(seler,gluten,mleko)</u> <i>(Kości, wywar, Ziemniaki, średnio, Groszek zielony, mrożony, Włoszczyzna świeża, Śmietana, 18% tłuszczu, Koper ogrodowy, Mąka pszenna, typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> risotto z mięsem i warzywami w sosie pomidorowym 297g <u>(seler,gluten,mleko)</u> <i>(Wieprzowina, szynka surowa, Ryż biały, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Brokuły, mrożone, Fasolka szparagowa, mrożona, Kalafior, Koncentrat pomidorowy, 30%, Mąka pszenna, typ 550, Masło ekstra, Śmietana, 18% tłuszczu, Koper ogrodowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i>	Budyń bez cukru o smaku czekoladowym, przygotowany 150g Wiśnie bez pestek, mrożone 20g	Ser żółty 40g <u>(mleko)</u> sałatka z tuńczyka z groszkiem i kukurydzą 65g <u>(ryby,jaja)</u> <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie), Groszek zielony, mrożony, Kukurydza konserwowa, Papryka czerwona, Majonez z olejem rzepakowym, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> Sałata 15g Pomidory koktajlowe 30g Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Chleb bałtonowski 50g <u>(gluten)</u> Chleb żytni razowy 50g <u>(gluten)</u> Herbata czarna, napar z cukrem 250g
dieta wątrobowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 2249.21, B [g]: 95.99, T [g]: 63.55, W [g]: 335.8, Błonnik [g]: 26.99, BW [g]: 39.34, BR [g]: 31.95, Cukier [g]: 95.02, Sód [mg]: 1397.16	Kasza jaglana na mleku 300g <u>(mleko)</u> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza jaglana)</i> serdelek drobiowy 160g <u>(mleko,jaja,gorczyca,seler)</u> Dżem truskawkowy, niskosłodzony 25g Kecup (ketchup) 12g Sałata 20g Bułka grahamka 50g <u>(gluten)</u> Chleb bałtonowski 50g <u>(gluten)</u> Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	Banan 150g	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 352g <u>(seler,gluten,mleko)</u> <i>(Kości, wywar, Ziemniaki, średnio, Groszek zielony, mrożony, Włoszczyzna świeża, Śmietana, 18% tłuszczu, Koper ogrodowy, Mąka pszenna, typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> risotto z mięsem i warzywami w sosie pomidorowym 297g <u>(seler,gluten,mleko)</u> <i>(Wieprzowina, szynka surowa, Ryż biały, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Brokuły, mrożone, Fasolka szparagowa, mrożona, Kalafior, Koncentrat pomidorowy, 30%, Mąka pszenna, typ 550, Masło ekstra, Śmietana, 18% tłuszczu, Koper ogrodowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i>	Budyń bez cukru o smaku czekoladowym, przygotowany 150g Wiśnie bez pestek, mrożone 20g	szynka drobiowa 40g <u>(gluten,mleko,soja,siarka,gorczyca,seler)</u> szynka wędzona 30g <u>(gluten,mleko,soja,gorczyca,seler)</u> Sałata 15g Pomidory koktajlowe 30g Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Chleb bałtonowski 50g <u>(gluten)</u> Chleb żytni razowy 50g <u>(gluten)</u> Herbata czarna, napar z cukrem 250g

Jadłospis	Sobota (2026-09-05)					
dieta cukrzycowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja II
E [kcal]: 1824.02 , B [g]: 83.73 , T [g]: 54.51 , W [g]: 266.02 , Błonnik [g]: 31.86 , BW [g]: 53.87 , BR [g]: 23.28 , Cukier [g]: 94.03 , Sód [mg]: 1088.83	Płatki owsiane na mleku 300g (<u>gluten,mleko</u>) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki owsiane)</i> Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 45g (<u>mleko</u>) Śmietana , 18% tłuszczu 5g (<u>mleko</u>) Chleb żytni razowy 60g (<u>gluten</u>) Szczypiorek 2g Rzodkiewka 30g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g	mus owocowy 100g	Zupa krupnik jaglany 353g (<u>seler</u>) <i>(Kości, wywar, Kasza jaglana, Włoszczyzna świeża, Pietruszka, liście natka pietruszki)</i> pulpet z szynki w sosie koperkowym/potrawkowym 112g (<u>gluten,jaja,mleko</u>) <i>(Wieprzowina, mielona, Jaja kurze całe, Śmietana, 18% tłuszczu, Bułka tarta, Koper ogrodowy)</i> Ziemniaki, gotowane 200g marchewka z groszkiem oprószana 156g (<u>mleko,gluten</u>) <i>(Marchew z groszkiem, mrożona, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 550)</i> kompot owocowy ze słodzikiem 253g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Ksylitol - cukier brzożowy)</i>	Jabłka pieczone 150g	kielbasa szynkowa 40g (<u>gluten,mleko,ryby,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Papryka czerwona 30g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb żytni razowy 60g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Wiśnie bez pestek, mrożone 20g Budyń bez cukru o smaku czekoladowym, przygotowany 150g	Budyń bez cukru o smaku czekoladowym, przygotowany 150g Wiśnie bez pestek, mrożone 20g
dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
E [kcal]: 2133.41 , B [g]: 91.09 , T [g]: 54.11 , W [g]: 336.22 , Błonnik [g]: 32.13 , BW [g]: 51.88 , BR [g]: 33.9 , Cukier [g]: 94.81 , Sód [mg]: 1760.54	Płatki owsiane na mleku 300g (<u>gluten,mleko</u>) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki owsiane)</i> Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 45g (<u>mleko</u>) Śmietana , 18% tłuszczu 5g (<u>mleko</u>) Szczypiorek 2g Miód pszczeli 25g Rzodkiewka 30g Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	mus owocowy 100g	Zupa krupnik jaglany 353g (<u>seler</u>) <i>(Kości, wywar, Kasza jaglana, Włoszczyzna świeża, Pietruszka, liście natka pietruszki)</i> pulpet z szynki w sosie koperkowym/potrawkowym 112g (<u>gluten,jaja,mleko</u>) <i>(Wieprzowina, mielona, Jaja kurze całe, Śmietana, 18% tłuszczu, Bułka tarta, Koper ogrodowy)</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy 33g (<i>Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier</i>) marchewka z groszkiem oprószana 156g (<u>mleko,gluten</u>) <i>(Marchew z groszkiem, mrożona, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 550)</i>	Jabłko 150g Herbatniki 50g (<u>gluten,mleko,soja</u>)	kielbasa szynkowa 30g (<u>gluten,mleko,ryby,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Papryka czerwona 30g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g Połędwica sopocka 40g (<u>gluten,mleko,soja,seler</u>)	

Jadłospis	Sobota (2026-09-05)				
DIETA PODSTAWOWA	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 2133.41, B [g]: 91.09, T [g]: 54.11, W [g]: 336.22, Błonnik [g]: 32.13, BW [g]: 51.88, BR [g]: 33.9, Cukier [g]: 94.81, Sód [mg]: 1760.54	Płatki owsiane na mleku 300g (<u>gluten,mleko</u>) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki owsiane) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 45g (<u>mleko</u>) Śmietana , 18% tłuszczu 5g (<u>mleko</u>) Szcypiorek 2g Miód pszczeli 25g Rzodkiewka 30g Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	mus owocowy 100g	Zupa krupnik jaglany 353g (<u>seler</u>) (Kości, wywar, Kasza jaglana, Włoszczyzna świeża, Pietruszka, liście natka pietruszki)) pulpet z szynki w sosie koperkowym/potrawkowym 112g (<u>gluten,jaja,mleko</u>) (Wieprzowina, mielona, Jaja kurze całe, Śmietana , 18% tłuszczu, Bułka tarta, Koper ogrodowy) Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy 33g (Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier) marchewka z groszkiem oprószana 156g (<u>mleko,gluten</u>) (Marchew z groszkiem, mrożona, Masło ekstra, Mąka pszenna , typ 550)	Jabłko 150g Herbatniki 50g (<u>gluten,mleko,soja</u>)	kielbasa szynkowa 30g (<u>gluten,mleko,ryby,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Papryka czerwona 30g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g Polędwica sopocka 40g (<u>gluten,mleko,soja,seler</u>)
dieta wątrobowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 2129.51, B [g]: 90.93, T [g]: 54.02, W [g]: 335.32, Błonnik [g]: 31.5, BW [g]: 51.88, BR [g]: 33.74, Cukier [g]: 94.52, Sód [mg]: 1760.24	Płatki owsiane na mleku 300g (<u>gluten,mleko</u>) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki owsiane) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 45g (<u>mleko</u>) Śmietana , 18% tłuszczu 5g (<u>mleko</u>) Szcypiorek 2g Pomidor 30g Miód pszczeli 25g Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	mus owocowy 100g	Zupa krupnik jaglany 353g (<u>seler</u>) (Kości, wywar, Kasza jaglana, Włoszczyzna świeża, Pietruszka, liście natka pietruszki)) pulpet z szynki w sosie koperkowym/potrawkowym 112g (<u>gluten,jaja,mleko</u>) (Wieprzowina, mielona, Jaja kurze całe, Śmietana , 18% tłuszczu, Bułka tarta, Koper ogrodowy) Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy 33g (Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier) marchewka z groszkiem oprószana 156g (<u>mleko,gluten</u>) (Marchew z groszkiem, mrożona, Masło ekstra, Mąka pszenna , typ 550)	Jabłko 150g Herbatniki 50g (<u>gluten,mleko,soja</u>)	kielbasa szynkowa 30g (<u>gluten,mleko,ryby,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Polędwica sopocka 40g (<u>gluten,mleko,soja,seler</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g Pomidory koktajlowe 30g

Jadłospis	Niedziela (2026-09-06)					
dieta cukrzycowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja II
E [kcal]: 1841.21, B [g]: 95.89, T [g]: 63.05, W [g]: 239.11, Błonnik [g]: 30.35, BW [g]: 56.44, BR [g]: 28.25, Cukier [g]: 45.92, Sód [mg]: 2315.17	Płatki ryżowe na mleku 300g (<u>mleko</u>) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki ryżowe, błyskawiczne) szynka konserwowa 40g (<u>mleko</u> , <u>jaja</u> , <u>gorczyca</u> , <u>seler</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 60g (<u>gluten</u>) Pomidor 30g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g	<u>Jogurt</u> naturalny, 2% tłuszczu 150g (<u>mleko</u>) Chrupki kukurydziane 20g	Zupa brokułowa 356g (<u>seler</u> , <u>gluten</u> , <u>mleko</u>) (Kości, wywar, Brokuły, mrożone, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna świeża, <u>Śmietana</u> , 18% tłuszczu, Mąka <u>pszenna</u> , typ 550) Potrawka z kurczaka z warzywami 276g (<u>seler</u> , <u>gluten</u> , <u>mleko</u>) (Kurczak, tuszka, Brokuły, Fasolka szparagowa, mrożona, Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Groszek zielony, mrożony, <u>Śmietana</u> , 18% tłuszczu, Mąka <u>pszenna</u> , typ 550) Kasza <u>jęczmienna</u> , perłowa 80g (<u>gluten</u>) kompot owocowy ze słodzikiem 253g (Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Ksylitol - cukier brzożowy)	Sok wielowarzywny 300g	szynka drobiowa 40g (<u>gluten</u> , <u>mleko</u> , <u>soja</u> , <u>siarka</u> , <u>gorczyca</u> , <u>seler</u>) Pomidory koktajlowe 30g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 60g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Ser feta z pomidorem ,słonecznikiem i oliwą z oliwek , 93g (<u>mleko</u>) (Pomidor, <u>Ser</u> typu Feta, Słonecznik, nasiona, tuskane, Oliwa z oliwek)
dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
E [kcal]: 2033.01, B [g]: 94.47, T [g]: 62.06, W [g]: 288.61, Błonnik [g]: 28.4, BW [g]: 55.39, BR [g]: 31.38, Cukier [g]: 74.47, Sód [mg]: 2384.63	Płatki ryżowe na mleku 300g (<u>mleko</u>) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki ryżowe, błyskawiczne) rolada ustrzycka 40g <u>Ser</u> Mozzarella, w zalewie 30g (<u>mleko</u>) Pomidor 30g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 6g Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb bałtonowski 50g (<u>gluten</u>)	<u>Jogurt</u> owocowy (różne smaki) 100g (<u>mleko</u>)	Zupa brokułowa 356g (<u>seler</u> , <u>gluten</u> , <u>mleko</u>) (Kości, wywar, Brokuły, mrożone, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna świeża, <u>Śmietana</u> , 18% tłuszczu, Mąka <u>pszenna</u> , typ 550) Potrawka z kurczaka z warzywami 276g (<u>seler</u> , <u>gluten</u> , <u>mleko</u>) (Kurczak, tuszka, Brokuły, Fasolka szparagowa, mrożona, Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Groszek zielony, mrożony, <u>Śmietana</u> , 18% tłuszczu, Mąka <u>pszenna</u> , typ 550) Kasza <u>jęczmienna</u> , perłowa 80g (<u>gluten</u>) kompot owocowy 33g (Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)	Sok wielowarzywny 300g	pasztetowa firmowa 40g (<u>gluten</u> , <u>mleko</u> , <u>soja</u> , <u>gorczyca</u> , <u>seler</u>) szynka drobiowa 30g (<u>gluten</u> , <u>mleko</u> , <u>soja</u> , <u>siarka</u> , <u>gorczyca</u> , <u>seler</u>) Pomidory koktajlowe 30g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb bałtonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g	

Jadłospis	Niedziela (2026-09-06)				
DIETA PODSTAWOWA	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 2033.01, B [g]: 94.47, T [g]: 62.06, W [g]: 288.61, Błonnik [g]: 28.4, BW [g]: 55.39, BR [g]: 31.38, Cukier [g]: 74.47, Sód [mg]: 2384.63	Płatki ryżowe na mleku 300g <u>(mleko)</u> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki ryżowe, błyskawiczne)</i> rolada ustrzycka 40g Ser Mozzarella, w zalewie 30g <u>(mleko)</u> Pomidor 30g Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 6g Bułka grahamka 50g <u>(gluten)</u> Chleb baltonowski 50g <u>(gluten)</u>	Jogurt owocowy (różne smaki) 100g <u>(mleko)</u>	Zupa brokułowa 356g <u>(seler,gluten,mleko)</u> <i>(Kości, wywar, Brokuły, mrożone, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna świeża, Śmietana, 18% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 550)</i> Potrawka z kurczaka z warzywami 276g <u>(seler,gluten,mleko)</u> <i>(Kurczak, tuszka, Brokuły, Fasolka szparagowa, mrożona, Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Groszek zielony, mrożony, Śmietana, 18% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 550)</i> Kasza jęczmienna , perłowa 80g <u>(gluten)</u> kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i>	Sok wielowarzywny 300g	pasztetowa firmowa 40g <u>(gluten,mleko,soja,gorczyca,seler)</u> szynka drobiowa 30g <u>(gluten,mleko,soja,siarka,gorczyca,seler)</u> Pomidory koktajlowe 30g Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Chleb baltonowski 50g <u>(gluten)</u> Chleb żytni razowy 50g <u>(gluten)</u> Herbata czarna, napar z cukrem 250g
dieta wątrobowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 1938.21, B [g]: 90.47, T [g]: 54.06, W [g]: 287.21, Błonnik [g]: 28.4, BW [g]: 55.39, BR [g]: 31.38, Cukier [g]: 74.23, Sód [mg]: 2384.63	Płatki ryżowe na mleku 300g <u>(mleko)</u> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki ryżowe, błyskawiczne)</i> rolada ustrzycka 40g Ser Mozzarella, w zalewie 30g <u>(mleko)</u> Pomidor 30g Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 6g Bułka grahamka 50g <u>(gluten)</u> Chleb baltonowski 50g <u>(gluten)</u>	Jogurt owocowy (różne smaki) 100g <u>(mleko)</u>	Zupa brokułowa 356g <u>(seler,gluten,mleko)</u> <i>(Kości, wywar, Brokuły, mrożone, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna świeża, Śmietana, 18% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 550)</i> Potrawka z kurczaka z warzywami 276g <u>(seler,gluten,mleko)</u> <i>(Kurczak, tuszka, Brokuły, Fasolka szparagowa, mrożona, Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Groszek zielony, mrożony, Śmietana, 18% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 550)</i> Kasza jęczmienna , perłowa 80g <u>(gluten)</u> kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i>	Sok wielowarzywny 300g	szynka drobiowa 30g <u>(gluten,mleko,soja,siarka,gorczyca,seler)</u> polędwica sopocka 40g Pomidory koktajlowe 30g Masło ekstra 10g <u>(mleko)</u> Chleb baltonowski 50g <u>(gluten)</u> Chleb żytni razowy 50g <u>(gluten)</u> Herbata czarna, napar z cukrem 250g

Marzanna Drzewiecka

Jadłospis	Poniedziałek (2026-09-07)					
dieta cukrzycowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja II
E [kcal]: 1553.93, B [g]: 68.21, T [g]: 37.17, W [g]: 245.68, Błonnik [g]: 22.24, BW [g]: 33.86, BR [g]: 21.17, Cukier [g]: 79.72, Sód [mg]: 891.06	Zupa mleczna zacierka na mleku 300g (<u>mleko,gluten</u>) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, Makaron bezglutenowy) kielbasa szynkowa 40g (<u>gluten,mleko,ryby,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 60g (<u>gluten</u>) Pomidor 30g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g	sok warzywny 300g (<u>seler</u>)	Kapuśniak ze słodkiej kapust z ziemniakami i pomidorami 358g (<u>seler,gluten,mleko</u>) (Kości, wywar, Kapusta biała, Włoszczyzna świeża, Ziemniaki młode, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, <u>Śmietana</u> , 30% tłuszczu, Mąka <u>pszenna</u> , typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki)) makaron z twarogiem i musem truskawkowym bez cukru ze słodzikiem 233g (<u>gluten,mleko</u>) (<u>Ser twarogowy (twaróg)</u> półtłusty, Makaron bezglutenowy, Truskawki, mrożone, Ksylitol - cukier brzożowy) kompot owocowy ze słodzikiem 253g (Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Ksylitol - cukier brzożowy)	mus owocowy 100g	szynka wędzona 40g (<u>gluten,mleko,soja,gorczyca,seler</u>) Ogórek świeży (długi) 30g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 60g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 150g Brzoskwinia w syropie 30g
dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
E [kcal]: 2136.57, B [g]: 89.45, T [g]: 54.42, W [g]: 334.1, Błonnik [g]: 24.17, BW [g]: 39.81, BR [g]: 30.55, Cukier [g]: 113.6, Sód [mg]: 1417.7	Zupa mleczna zacierka na mleku 300g (<u>mleko,gluten</u>) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, Makaron bezglutenowy) kielbasa szynkowa 25g (<u>gluten,mleko,ryby,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) <u>Ser</u> żółty 20g (<u>mleko</u>) Majonez z olejem rzepakowym 5g (<u>jaja</u>) Dżem truskawkowy, wysokosłodzony 25g Pomidor 30g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb bałtonowski 50g (<u>gluten</u>)	sok przecierowy marchew,jabłko , banan 300g	Kapuśniak ze słodkiej kapust z ziemniakami i pomidorami 358g (<u>seler,gluten,mleko</u>) (Kości, wywar, Kapusta biała, Włoszczyzna świeża, Ziemniaki młode, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, <u>Śmietana</u> , 30% tłuszczu, Mąka <u>pszenna</u> , typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki)) makaron z twarogiem i truskawkami 243g (<u>gluten,mleko</u>) (<u>Ser twarogowy (twaróg)</u> półtłusty, Makaron bezglutenowy, Truskawki, mrożone, <u>Śmietana</u> , 18% tłuszczu, Cukier) kompot owocowy 33g (Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)	Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 150g Brzoskwinia w syropie 30g	szynka wędzona 40g (<u>gluten,mleko,soja,gorczyca,seler</u>) ser topiony plastry 34g (<u>mleko</u>) Ogórek świeży (długi) 30g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb bałtonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g	

Marzanna Drzewiecka

Jadłospis	Poniedziałek (2026-09-07)					
DIETA PODSTAWOWA	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
E [kcal]: 2136.57, B [g]: 89.45, T [g]: 54.42, W [g]: 334.1, Błonnik [g]: 24.17, BW [g]: 39.81, BR [g]: 30.55, Cukier [g]: 113.6, Sód [mg]: 1417.7	Zupa mleczna zacierka na mleku 300g (<u>mleko,gluten</u>) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, Makaron bezglutenowy) kielbasa szynkowa 25g (<u>gluten,mleko,ryby,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) <u>Ser</u> żółty 20g (<u>mleko</u>) Majonez z olejem rzepakowym 5g (<u>jaja</u>) Dżem truskawkowy, wysokosłodzony 25g Pomidor 30g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>)	sok przecierowy marchew,jabłko , banan 300g	Kapuśniak ze słodkiej kapust z ziemniakami i pomidorami 358g (<u>seler,gluten,mleko</u>) (Kości, wywar, Kapusta biała, Włoszczyzna świeża, Ziemniaki młode, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, <u>Śmietana</u> , 30% tłuszczu, Mąka <u>pszenna</u> , typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki)) makaron z twarogiem i truskawkami 243g (<u>gluten,mleko</u>) (<u>Ser twarogowy (twaróg)</u> półtłusty, Makaron bezglutenowy, Truskawki, mrożone, <u>Śmietana</u> , 18% tłuszczu, Cukier) kompot owocowy 33g (Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)	Galaretką owocową (po przyrządzeniu) 150g Brzoskwinia w syropie 30g	szynka wędzona 40g (<u>gluten,mleko,soja,gorczyca,seler</u>) ser topiony plastry 34g (<u>mleko</u>) Ogórek świeży (długi) 30g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g	
dieta wątrobową	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
E [kcal]: 2164.84, B [g]: 96.35, T [g]: 59.09, W [g]: 322.58, Błonnik [g]: 22.5, BW [g]: 48.11, BR [g]: 30.35, Cukier [g]: 96.52, Sód [mg]: 1225.83	Zupa mleczna zacierka na mleku 300g (<u>mleko,gluten</u>) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, Makaron bezglutenowy) kielbasa szynkowa 40g (<u>gluten,mleko,ryby,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) <u>serek twarogowy tartar</u> 40g (<u>mleko</u>) Pomidor 30g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>)	sok przecierowy marchew,jabłko , banan 300g	Lekkostrawna zupa ryżowa z kurczakiem i marchewką 471g (Woda, Udo z kurczaka, ze skórą i kością, Ryż biały, Marchew, Pietruszka, korzeń, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe) makaron z twarogiem i truskawkami 243g (<u>gluten,mleko</u>) (<u>Ser twarogowy (twaróg)</u> półtłusty, Makaron bezglutenowy, Truskawki, mrożone, <u>Śmietana</u> , 18% tłuszczu, Cukier) kompot owocowy 33g (Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)	Galaretką owocową (po przyrządzeniu) 150g Brzoskwinia w syropie 30g	szynka wędzona 40g (<u>gluten,mleko,soja,gorczyca,seler</u>) szynka drobiowa 30g (<u>gluten,mleko,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Ogórek świeży (długi) 30g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g	

Jadłospis	Wtorek (2026-09-08)					
dieta cukrzycowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja II
E [kcal]: 2200.75, B [g]: 93.34, T [g]: 91.61, W [g]: 267, Błonnik [g]: 31.14, BW [g]: 47.62, BR [g]: 21.49, Cukier [g]: 84.15, Sód [mg]: 1995.41	Płatki jęczmienne na mleku 300g (<u>mleko,gluten</u>) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, <u>Płatki jęczmienne</u>) parówka hot-dog z indyka 160g (<u>gluten,mleko,jaja,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Ketchup (ketchup) 12g Chleb <u>żytni</u> razowy 60g (<u>gluten</u>) Rzodkiewka 30g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g	Kisiel owocowy, przygotowany 130g Jabłko 20g	zupa barszcz czerwony 358g (<u>mleko,gluten</u>) (<u>Kości</u> , wywar, <u>Buraki</u> , <u>Ziemniaki</u> , średnio, <u>Śmietana</u> , 18% tłuszczu, <u>Mąka pszenna</u> , typ 550, <u>Pietruszka</u> , liście (<u>natka pietruszki</u>)) pulpet wieprzowy w sosie koperkowym 182g (<u>gluten,jaja</u>) (<u>Wieprzowina</u> , <u>łopatka</u> , <u>Jaja</u> kurze całe, <u>Bułka tarta</u> , <u>Cebula</u> , <u>Olej rzepakowy</u> , <u>Pieprz czarny</u> , <u>Sól biała</u>) <u>Ziemniaki</u> , gotowane 200g kompot owocowy ze słodzikiem 253g (<u>Woda</u> , <u>Mieszanka owocowa</u> , mrożona, <u>Ksylitol</u> - cukier brzożowy) surówka z marchwi i jabłka z olejem 155g (<u>Marchew</u> , <u>Jabłko</u> , <u>Olej rzepakowy</u> , <u>Cukier</u>)	<u>Jogurt</u> naturalny, 2% tłuszczu 150g (<u>mleko</u>)	kielbasa szynkowa 40g (<u>gluten,mleko,ryby,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Pomidory koktajlowe 30g Chleb <u>żytni</u> razowy 60g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	budyń śmietankowy z musem truskawkowym 182g (<u>gluten,mleko</u>) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, <u>Truskawki</u> , mrożone, <u>Budyń w proszku</u> , <u>Ksylitol</u> - cukier brzożowy)
dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
E [kcal]: 2438.56, B [g]: 107.91, T [g]: 98.25, W [g]: 295.13, Błonnik [g]: 31.64, BW [g]: 46.48, BR [g]: 29.04, Cukier [g]: 80.19, Sód [mg]: 2532.59	Płatki jęczmienne na mleku 300g (<u>mleko,gluten</u>) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, <u>Płatki jęczmienne</u>) parówka hot-dog z indyka 160g (<u>gluten,mleko,jaja,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Ketchup (ketchup) 12g ser topiony plastry 34g (<u>mleko</u>) Rzodkiewka 30g <u>Bułka grahamka</u> 50g (<u>gluten</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	<u>Jogurt</u> naturalny, 2% tłuszczu 150g (<u>mleko</u>)	zupa barszcz czerwony 358g (<u>mleko,gluten</u>) (<u>Kości</u> , wywar, <u>Buraki</u> , <u>Ziemniaki</u> , średnio, <u>Śmietana</u> , 18% tłuszczu, <u>Mąka pszenna</u> , typ 550, <u>Pietruszka</u> , liście (<u>natka pietruszki</u>)) pulpet wieprzowy w sosie koperkowym 182g (<u>gluten,jaja</u>) (<u>Wieprzowina</u> , <u>łopatka</u> , <u>Jaja</u> kurze całe, <u>Bułka tarta</u> , <u>Cebula</u> , <u>Olej rzepakowy</u> , <u>Pieprz czarny</u> , <u>Sól biała</u>) <u>Ziemniaki</u> , gotowane 200g kompot owocowy 33g (<u>Mieszanka owocowa</u> , mrożona, <u>Cukier</u>) surówka z marchwi i jabłka z olejem 155g (<u>Marchew</u> , <u>Jabłko</u> , <u>Olej rzepakowy</u> , <u>Cukier</u>)	Jabłko 150g Cynamon w proszku 0g	Mielonka 30g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Pomidory koktajlowe 30g Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g kielbasa szynkowa 40g (<u>gluten,mleko,ryby,soja,siarka,gorczyca,seler</u>)	

Marzanna Drzewiecka

Jadłospis	Wtorek (2026-09-08)				
DIETA PODSTAWOWA	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 2438.67, B [g]: 108.95, T [g]: 99.13, W [g]: 291.43, Błonnik [g]: 30.29, BW [g]: 46.62, BR [g]: 29.94, Cukier [g]: 76.97, Sód [mg]: 2482.52	Płatki jęczmienne na mleku 300g (<u>mleko,gluten</u>) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki <u>jęczmienne</u>) parówka hot-dog z indyka 160g (<u>gluten,mleko,jaja,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Kecup (ketchup) 12g ser topiony plastry 34g (<u>mleko</u>) Rzodkiewka 30g Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	<u>Jogurt</u> naturalny, 2% tłuszczu 150g (<u>mleko</u>)	zupa barszcz czerwony 358g (<u>mleko,gluten</u>) (Kości, wywar, Buraki, Ziemniaki, średnio, <u>Śmietana</u>, 18% tłuszczu, Mąka <u>pszenna</u>, typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki)) pulpet wieprzowy w sosie koperkowym 182g (<u>gluten,jaja</u>) (Wieprzowina, łopatka, <u>Jaja</u> kurze całe, Bułka tarta, Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała) Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy 33g (Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier) surówka colesław 154g (<u>siarka,mleko,jaja</u>) (Kapusta biała, Jabłko, Marchew, <u>Śmietana</u>, 30% tłuszczu, Cebula, Chrzan gotowy, Majonez z olejem rzepakowym, Pietruszka, liście (natka pietruszki))	Jabłko 150g Cynamon w proszku 0g	Mielonka 30g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Pomidory koktajlowe 30g Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g kielbasa szynkowa 40g (<u>gluten,mleko,ryby,soja,siarka,gorczyca,seler</u>)
dieta wątrobowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 2440.38, B [g]: 102.08, T [g]: 101.27, W [g]: 294.43, Błonnik [g]: 31.25, BW [g]: 46.48, BR [g]: 29.01, Cukier [g]: 80.35, Sód [mg]: 2531.69	Płatki jęczmienne na mleku 300g (<u>mleko,gluten</u>) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki <u>jęczmienne</u>) parówka hot-dog z indyka 160g (<u>gluten,mleko,jaja,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Kecup (ketchup) 12g serek twarogowy tartar 40g (<u>mleko</u>) Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Pomidor 30g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	<u>Jogurt</u> naturalny, 2% tłuszczu 150g (<u>mleko</u>)	zupa barszcz czerwony 358g (<u>mleko,gluten</u>) (Kości, wywar, Buraki, Ziemniaki, średnio, <u>Śmietana</u>, 18% tłuszczu, Mąka <u>pszenna</u>, typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki)) pulpet wieprzowy w sosie koperkowym 182g (<u>gluten,jaja</u>) (Wieprzowina, łopatka, <u>Jaja</u> kurze całe, Bułka tarta, Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała) Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy 33g (Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier) surówka z marchwi i jabłka z olejem 155g (Marchew, Jabłko, Olej rzepakowy, Cukier)	Jabłko 150g Cynamon w proszku 0g	Mielonka 30g kielbasa szynkowa 40g (<u>gluten,mleko,ryby,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Pomidory koktajlowe 30g Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g

Jadłospis	środa (2026-09-09)				
dieta cukrzycowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 1754.15, B [g]: 82.36, T [g]: 57.42, W [g]: 242.19, Błonnik [g]: 33.27, BW [g]: 49.9, BR [g]: 23.58, Cukier [g]: 84.34, Sód [mg]: 1404.24	Kasza manna na mleku 300g (<u>mleko,gluten</u>) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza manna) Jaja kurze całe 50g (<u>jaja</u>) serek twarogowy tartar 20g (<u>mleko</u>) Sałata 20g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Chleb <u>żytni</u> razowy 60g (<u>gluten</u>)	sok pomidorowy 300g	Zupa dyniowa z zacierką 356g (<u>seler,mleko,gluten</u>) (Kości, wywar, Dynia, Włoszczyzna świeża, Makaron bezjajeczny, Śmietana , 30% tłuszczu, Pietruszka, liście (natka pietruszki)) gulasz z indyka z warzywami 250g 415g (<u>gluten,mleko</u>) (Kapusta biała, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Bułka kajzerka, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Marchew, Masło ekstra, Cebula, Koper ogrodowy, Mąka pszenna , typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki)) kompot owocowy ze słodzikiem 253g (Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Ksylitol - cukier brzozowy)	Kisiel owocowy, przygotowany 150g Truskawki, mrożone 30g	szynka drobiowa 40g (<u>gluten,mleko,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Pomidory koktajlowe 30g Chleb <u>żytni</u> razowy 60g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g
dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 1947.05, B [g]: 79.41, T [g]: 51.19, W [g]: 305.06, Błonnik [g]: 31.64, BW [g]: 41.55, BR [g]: 29.9, Cukier [g]: 103.21, Sód [mg]: 1606.88	Kasza manna na mleku 300g (<u>mleko,gluten</u>) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza manna) Jaja kurze całe 50g (<u>jaja</u>) serek twarogowy tartar 40g (<u>mleko</u>) Sałata 20g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Bułka grahamka 50g (<u>gluten</u>) Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	sok warzywny 300g (<u>seler</u>)	Zupa dyniowa z zacierką 356g (<u>seler,mleko,gluten</u>) (Kości, wywar, Dynia, Włoszczyzna świeża, Makaron bezjajeczny, Śmietana , 30% tłuszczu, Pietruszka, liście (natka pietruszki)) gulasz z indyka z warzywami 250g 415g (<u>gluten,mleko</u>) (Kapusta biała, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Bułka kajzerka, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Marchew, Masło ekstra, Cebula, Koper ogrodowy, Mąka pszenna , typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki)) kompot owocowy 33g (Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)	Kisiel owocowy, przygotowany 150g Truskawki, mrożone 30g	rolada ustrzycka 30g szynka drobiowa 40g (<u>gluten,mleko,soja,siarka,gorczyca,seler</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Pomidory koktajlowe 30g Chleb baltonowski 50g (<u>gluten</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 50g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar z cukrem 250g

Jadłospis	środa (2026-09-09)				
DIETA PODSTAWOWA	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 1947.05, B [g]: 79.41, T [g]: 51.19, W [g]: 305.06, Błonnik [g]: 31.64, BW [g]: 41.55, BR [g]: 29.9, Cukier [g]: 103.21, Sód [mg]: 1606.88	Kasza manna na mleku 300g (mleko,gluten) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza manna)</i> Jaja kurze całe 50g (jaja) serek twarogowy tartar 40g (mleko) Sałata 20g Masło ekstra 10g (mleko) Bułka grahamka 50g (gluten) Chleb bałtonowski 50g (gluten) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g	sok warzywny 300g (seler)	Zupa dyniowa z zacierką 356g (seler,mleko,gluten) <i>(Kości, wywar, Dynia, Włoszczyzna świeża, Makaron bezjajeczny, Śmietana, 30% tłuszczu, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> gulasz z indyka z warzywami 250g 415g (gluten,mleko) <i>(Kapusta biała, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Bułka kajzerka, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Marchew, Masło ekstra, Cebula, Koper ogrodowy, Mąka pszenna, typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i>	Kisiel owocowy, przygotowany 150g Truskawki, mrożone 30g	rolada ustrzycka 30g szynka drobiowa 40g (gluten,mleko,soja,siarka,gorczyca,seler) Masło ekstra 10g (mleko) Pomidory koktajlowe 30g Chleb bałtonowski 50g (gluten) Chleb żytni razowy 50g (gluten) Herbata czarna, napar z cukrem 250g
dieta wątrobowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E [kcal]: 2135.25, B [g]: 83.86, T [g]: 54.04, W [g]: 347.36, Błonnik [g]: 36.54, BW [g]: 42.1, BR [g]: 33.5, Cukier [g]: 113.51, Sód [mg]: 1660.38	Kasza manna na mleku 300g (mleko,gluten) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza manna)</i> serek twarogowy tartar 40g (mleko) Sałata 20g Masło ekstra 10g (mleko) Bułka grahamka 50g (gluten) Chleb bałtonowski 50g (gluten) Kawa zbożowa, przygotowana z wodą 250g Cukier 3g Ser Mozzarella, w zalewie 40g (mleko)	sok marchew-jabłko,banan 300g	Zupa dyniowa z zacierką 356g (seler,mleko,gluten) <i>(Kości, wywar, Dynia, Włoszczyzna świeża, Makaron bezjajeczny, Śmietana, 30% tłuszczu, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> gulasz z indyka z warzywami 250g 415g (gluten,mleko) <i>(Kapusta biała, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Bułka kajzerka, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Marchew, Masło ekstra, Cebula, Koper ogrodowy, Mąka pszenna, typ 550, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> Ziemniaki, gotowane 200g kompot owocowy 33g <i>(Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier)</i>	Kisiel owocowy, przygotowany 150g Truskawki, mrożone 30g	szynka drobiowa 40g (gluten,mleko,soja,siarka,gorczyca,seler) Masło ekstra 10g (mleko) Pomidory koktajlowe 30g Chleb bałtonowski 50g (gluten) Chleb żytni razowy 50g (gluten) Herbata czarna, napar z cukrem 250g połędwica sopocka 40g