

09.03.2026r.	Dieta podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dodatkowe posiłki
Śniadanie	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Sałatka z jajkiem i warzywami 200g (SEL, GOR, JAJ, SOJ) Połędwica sopocka 2 plastry 40g (GLU, SOJ, MLE) Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (MLE, GLU PSZ) Mandarynki 2 szt. 150g Herbata z/c 250 ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Sałatka z jajkiem i warzywami 200g (SEL, GOR, JAJ, SOJ) Połędwica sopocka 2 plastry 40g (GLU, SOJ, MLE) Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (MLE, GLU PSZ) Mandarynki 2 szt. 150g Herbata z/c 250 ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Sałatka z jajkiem i warzywami 200g (SEL, GOR, JAJ, SOJ) Połędwica sopocka 2 plastry 40g (GLU, SOJ, MLE) Zupa bezmleczna 350ml (SEL) Mandarynki 2 szt. 150g Herbata b/c 250 ml	
II Śniadanie				Bułka z dżemem 1 szt. (GLU PSZ, MLE, JAJ)
Obiad	Zupa kaszubska 400ml (SEL, GLU PSZ) Kopytka z sosem pieczarkowym 300g (MLE, GLU, SEL) Surówka z kiszanej kapusty 100g (GOR, JAJ może zawierać SEL, MLE, SOJ, GLU) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa kaszubska 400ml (SEL, GLU PSZ) Kopytka z sosem pieczarkowym 300g (MLE, GLU, SEL) Gotowane warzywa 100g Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa kaszubska 400ml (SEL, GLU PSZ) Gotowana pierś z kurczaka w sosie pomidorowym 1 szt. 100g (SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kiszanej kapusty 100g (GOR, JAJ może zawierać SEL, MLE, SOJ, GLU) Kompot b/c 250ml	
Podwieczorek				Kisiel 200ml (GLU)
Kolacja	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor ½ szt. 50g Sałata masłowa 1 liść 10g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Serek topiony 1 szt. 30g (MLE) Herbata z/c 250ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor bez skóry ½ szt. 50g Sałata masłowa 1 liść 10g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Dżem 1 szt. 30g (MLE) Herbata z/c 250ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor ½ szt. 50g Sałata masłowa 1 liść 10g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Serek topiony 1 szt. 30g (MLE) Herbata b/c 250ml	
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna: 2348,5kcal B: 73,6g W: 303,2g Cukry o.: 70,4g T: 76,5g SFA: 28,6g Bł: 26,7g Sól: 5,6g	Wartość energetyczna: 2486,2 kcal B: 72,4g W: 331,4g Cukry o.: 72,7g T: 69,9g SFA: 26,1g Bł: 23,1g Sól: 5,3g	Wartość energetyczna: 2303,2 kcal B: 95,1g W: 259,7g Cukry o.: 47,4g T: 84,0g SFA: 25,0g Bł: 38,2g Sól: 6,3g	Wartość energetyczna: 581,7 kcal B: 15,2g W: 105,8g Cukry o.: 28,9g T: 11,7g SFA: 4,3g Bł: 3,8g Sól: 1,2g



10.03.2026r.	Dieta podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dodatkowe posiłki
Śniadanie	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor świeży ½ sztuki 50g Sałata masłowa 1 liść 10g Paszтетowa 4 plastry 80g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Dżem 1 szt. 30g Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 350ml (MLE, GLU PSZ może zawierać GLU JĘCZ, GLU OWS, GLU ŻYT, SEZ) Banan 1 sztuka 150g Herbata z/c 250 ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor świeży bez skóry ½ sztuki 50g Sałata masłowa 1 liść 10g Paszтетowa 4 plastry 80g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Dżem 1 szt. 30g Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 350ml (MLE, GLU PSZ może zawierać GLU JĘCZ, GLU OWS, GLU ŻYT, SEZ) Banan 1 sztuka 150g Herbata z/c 250 ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor świeży ½ sztuki 50g Sałata masłowa 1 liść 10g Paszтетowa 4 plastry 80g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Ser żółty 30g (MLE) Zupa bezmleczna 350ml (SEL) Banan 1 sztuka 150g Herbata b/c 250 ml	
II Śniadanie				Biszkopty 4 sztuki 20g (GLU PSZ, JAJ, MLE)
Obiad	Zupa warzywna 400ml (SEL, GLU JĘCZ może zawierać GLU PSZ) Siekane kotlety z warzywami 1 sztuka (200g) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kiszzonej kapusty 100g (GOR, JAJ może zawierać SEL,MLE, SOJ,GLU) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa warzywna 400ml (SEL, GLU JĘCZ może zawierać GLU PSZ) Siekane kotlety z warzywami 1 sztuka (200g) Ziemniaki gotowane 200g Surówka selerowa 100g (GOR, JAJ może zawierać SEL, SEZ,MLE,RYB, SOJ,GLU) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa warzywna 400ml (SEL, GLU JĘCZ może zawierać GLU PSZ) Siekane kotlety z warzywami 1 sztuka (200g) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kiszzonej kapusty 100g (GOR, JAJ może zawierać SEL,MLE, SOJ,GLU) Kompot b/c 250ml	
Podwieczorek				Budyń 250g (MLE)
Kolacja	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Sałatka warzywna z kurczakiem 100g (SEL, GOR, JAJ) Herbata z/c 250ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Sałatka warzywna z kurczakiem 100g (SEL, GOR, JAJ) Herbata z/c 250ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Sałatka warzywna z kurczakiem 100g (SEL, GOR, JAJ) Herbata b/c 250ml	
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna: 2501,0 kcal B: 108,9 g W: 352,1 g Cukry o.: 90,2g T: 80,3 g SFA: 33,2g Bł: 34,9 g Sól: 6,8g	Wartość energetyczna: 2434,5 kcal B: 107,9 g W: 344,7 g Cukry o.: 86,2g T: 77,3 g SFA: 31,1g Bł: 32,9 g Sól: 6,0g	Wartość energetyczna: 2316,6 kcal B: 100,4 g W: 342,8 g Cukry o.: 70,1g T: 77,1g SFA: 26,6g Bł: 38,1g Sól: 7,2g	Wartość energetyczna: 305,4kcal B: 11,8g W: 48,6g Cukry o.: 26,2g T: 7,5g SFA: 4,0g Bł: 0,4g Sól: 0,4g



11.03.2026r.	Dieta podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dodatkowe posiłki
Śniadanie	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor świeży ½ sztuki 50g Sałata masłowa 1 liść 10g Wędlina drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SOJ SEL) Serek naturalny kanapkowy 50g (MLE) Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (MLE, GLU, SOJ, OZI, SEL, GOR, SEZ, SO2, ŁUB) Jabłko 1 szt. 150g Herbata z/c 250 ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor bez skórki ½ sztuki 50g Sałata masłowa 1 liść 10g Wędlina drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SOJ SEL) Serek naturalny kanapkowy 50g (MLE) Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (MLE, GLU, SOJ, OZI, SEL, GOR, SEZ, SO2, ŁUB) Jabłko 1 szt. 150g Herbata z/c 250 ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor świeży ½ szt. 50g Sałata masłowa 1 liść 10g Wędlina drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SOJ SEL) Serek naturalny kanapkowy 50g (MLE) Zupa bezmleczna 350ml (SEL) Jabłko 1 szt. 150g Herbata b/c 250 ml	
II Śniadanie				Jogurt owocowy 1 szt. 150g (MLE)
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (SEL, MLE) Klops wieprzowy 1 sztuka 100g (GLU, JAJ) Sos czosnkowy 30g (MLE) Ziemniaki gotowane 200g Gotowane warzywa 100g Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (SEL, MLE) Klops wieprzowy 1 sztuka 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 200g Gotowane warzywa 100g Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa czysta 400ml (SEL) Klops wieprzowy 1 sztuka 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 200g Surówka Colesław 100g (GOR, JAJ może zawierać SEL, SEZ, MLE, RYB, SOJ, GLU) Kompot owocowy b/c 250ml	
Podwieczorek				Biszkopty 4 szt. 20g (GLU, JAJ)
Kolacja	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Sałata masłowa 2 liście 20g Galaretką drobiowa z warzywami 1 szt. 150g (SEL) Ser żółty 30g (MLE) Herbata z/c 250ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Sałata masłowa 2 liście 20g Galaretką drobiowa z warzywami 1 szt. 150g (SEL) Ser żółty 30g (MLE) Herbata z/c 250ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Sałata masłowa 2 liście 20g Galaretką drobiowa z warzywami 1 szt. 150g (SEL) Ser żółty 30g (MLE) Herbata b/c 250ml	
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna: 2673,7 kcal B: 123,8 g W: 330,9 g Cukry o.: 80,9g T: 89,9g SFA: 36,9g Bł: 25,6 g Sól: 6,4g	Wartość energetyczna: 2592,2 kcal B: 123,6 g W: 329,6 g Cukry o.: 79,9g T: 88,1g SFA: 36,4g Bł: 23,6 g Sól: 6,2g	Wartość energetyczna: 2306,3 kcal B: 118,5 g W: 265,7 g Cukry o.: 51,5g T: 92,3g SFA: 31,5g Bł: 35,4g Sól: 6,5g	Wartość energetyczna: 205,5kcal B: 6,9g W: 33,0g Cukry o.: 5,0g T: 6,0g SFA: 3,5g Bł: 0,3g Sól: 0,2g



12.03.2026r.	Dieta podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dodatkowe posiłki
Śniadanie	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Ogórek świeży ¼ szt. 50g Sałata masłowa 1 liść 10g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Serek topiony 1 szt. 30g (MLE) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (MLE, GLU PSZ, ORZ, SOJ, SEZ) Jabłko 1 szt. 150g Herbata z/c 250 ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Ogórek kiszony bez skóry 1 szt. 50g Sałata masłowa 1 liść 10g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Serek topiony 1 szt. 30g (MLE) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (MLE, GLU PSZ, ORZ, SOJ, SEZ) Jabłko 1 szt. 150g Herbata z/c 250 ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Ogórek świeży ¼ szt. 50g Sałata masłowa 1 liść 10g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Serek topiony 1 szt. 30g (MLE) Zupa bezmleczna 350ml (SEL) Jabłko 1 szt. 150g Herbata b/c 250 ml	
II Śniadanie				Jogurt owocowy 1 szt. 150g (MLE)
Obiad	Krupnik z kaszą jęczmienną 400ml (SEL, GLU JĘCZ może zawierać GLU PSZ) Pierś z kurczaka pieczona z sosem czosnkowym 150g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, GOR, SEL, MLE) Ziemniaki gotowane 200g Gotowana marchewka z groszkiem 100g Kompot owocowy z/c 250ml	Krupnik z kaszą jęczmienną 400ml (SEL, GLU JĘCZ może zawierać GLU PSZ) Pierś z kurczaka pieczona 150g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, GOR, SEL, MLE) Ziemniaki gotowane 200g Gotowana marchewka 100g Kompot owocowy z/c 250ml	Krupnik z kaszą jęczmienną 400ml (SEL, GLU JĘCZ może zawierać GLU PSZ) Pierś z kurczaka pieczona sosem czosnkowym 150g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, GOR, SEL, MLE) Ziemniaki gotowane 200g Surówka Colesław 100g (JAJ, MLE, GOR) Kompot b/c 250ml	
Podwieczorek				Krakersy 5 szt. 25g (GLU, MLE, JAJ, SEZ)
Kolacja	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Mix sałat 20g Mielonka 4 plastry 80g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Pasta z twarogiem i szczypiorkiem 100g (MLE) Herbata z/c 250ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Mix sałat 20g Mielonka 4 plastry 80g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Pasta z twarogiem i szczypiorkiem 100g (MLE) Herbata z/c 250ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Mix sałat 20g Mielonka 4 plastry 80g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Pasta z twarogiem i szczypiorkiem 100g (MLE) Herbata b/c 250ml	
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna: 2633,2kcal B: 126,8g W: 357,1g Cukry o.: 75,8g T: 76,2g SFA: 30,5g Bł: 33,1g Sól: 7,2g	Wartość energetyczna: 2572,7 kcal B: 123,5g W: 345,1g Cukry o.: 71,4g T: 73,6g SFA: 28,1g Bł: 29,9,6g Sól: 6,3g	Wartość energetyczna: 2313,3kcal B: 112,9g W: 294,7g Cukry o.: 47,9g T: 74,3g SFA: 30,1g Bł: 45,7g Sól: 8,1g	Wartość energetyczna: 204kcal B: 9,3g W: 25,3g Cukry o.: 8,4g T: 7,0g SFA: 1,8g Bł: 1,8g Sól: 0,6g



13.03.2026r.	Dieta podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dodatkowe posiłki
Śniadanie	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Mix sałat 20g Ogórek kiszony 1/2 szt. 40g Jajko gotowane na twardo 1 sztuka 50g (JAJ) Polędwica sopocka 2 plastry 40g (GLU, SOJ, MLE) Zupa mleczna z ryżem 350ml (MLE) Mandarynki 2 szt. 150g Herbata z/c 250 ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Mix sałat 20g Ogórek kiszony bez skóry 1 szt. 40g Jajko gotowane na twardo 1 sztuka 50g (JAJ) Polędwica sopocka 2 plastry 40g (GLU, SOJ, MLE) Zupa mleczna z ryżem 350ml (MLE) Mandarynki 2 szt. 150g Herbata z/c 250 ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Mix sałat 20g Ogórek kiszony 1/2 szt. 40g Jajko gotowane na twardo 1 sztuka 50g (JAJ) Polędwica sopocka 2 plastry 40g (GLU, SOJ, MLE) Zupa bezmleczna 350ml (SEL) Mandarynki 2 szt. 150g Herbata b/c 250 ml	
II Śniadanie				Chałka 2 kawałki 70g (GLU, JAJ) Dżem truskawkowy niskosłodzony 1 szt. 30g
Obiad	Zupa ogórkowa zabieleną 400ml (SEL, GLU, MLE) Kotlet rybny smażony 1 szt. 100g (GLU PSZ, JAJ, MLE, RYB) Ziemniaki gotowane 200g Surówka Colesław 100g (JAJ, MLE, GOR) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa ogórkowa 400ml (SEL, GLU) Kotlet rybny pieczony 1 szt. 100g (GLU PSZ, JAJ, MLE, RYB) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z marchwi i jabłka 100g (GOR, JAJ może zawierać SEL, SEZ, MLE, RYB, SOJ, GLU) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa ogórkowa 400ml (SEL, GLU) Kotlet rybny pieczony 1 szt. 100g (GLU PSZ, JAJ, MLE, RYB) Ziemniaki gotowane 200g Surówka Colesław 100g (JAJ, MLE, GOR) Kompot b/c 250ml	
Podwieczorek				Jogurt owocowy 1 sztuka 150g (MLE)
Kolacja	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor ½ sztuki 80g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Ser żółty 30g (MLE) Herbata z/c 250ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor bez skóry ½ sztuki 80g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Ser żółty 30g (MLE) Herbata z/c 250ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor ½ sztuki 80g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Ser żółty 30g (MLE) Herbata b/c 250ml	
	Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzykowa	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna: 2487,9 kcal B: 127,5g W: 321,5g Cukry o.: 92,6g T: 80,5g SFA: 28,7g Bł: 15,2g Sól: 8,6g	Wartość energetyczna: 2455,9 kcal B: 126,9g W: 314,1g Cukry o.: 88,6g T: 80,8g SFA: 27,7g Bł: 14,7g Sól: 7,4g	Wartość energetyczna: 2361,5g kcal B: 125,6g W: 301g Cukry o.: 69,0g T: 78,4g SFA: 26,8g Bł: 38,4g Sól: 9,0g	Wartość energetyczna: 410,2kcal B: 10,8g W: 73,3g Cukry o.: 24,3g T: 9,5g SFA: 4,2g Bł: 1,18g Sól: 0,7g



14.03.2026r.	Dieta podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dodatkowe posiłki
Śniadanie	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor świeży ½ sztuki 50g Papryka ¼ sztuki 30g Szynka drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Gotowane parówki z szynki 1 szt. 50g (może zawierać SOJ, GOR, MLE, ORZ, SEL) Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (MLE, może zawierać GLU PSZ, ORZ, SEZ, SOJ) Jabłko 1 szt. 150g Herbata z/c 250ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor bez skórki ½ sztuki 50g Papryka ¼ sztuki 30g Szynka drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Gotowane parówki z szynki 1 szt. 50g (może zawierać SOJ, GOR, MLE, ORZ, SEL) Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (MLE, może zawierać GLU PSZ, ORZ, SEZ, SOJ) Jabłko 1 szt. 150g Herbata z/c 250ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor świeży ½ szt. 50g Papryka ¼ sztuki 30g Szynka drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Gotowane parówki z szynki 1 szt. 50g (może zawierać SOJ, GOR, MLE, ORZ, SEL) Zupa bezmleczna 350ml (SEL) Jabłko 1 szt. 150g Herbata b/c 250ml	
II Śniadanie				Ciasteczka 3 szt, 60g (GLU PSZ, MLE, JAJ)
Obiad	Zupa brokułowa ze śmietaną 400ml (SEL, MLE) Spaghetti pełnoziarniste Bolognese 450g (GLU PSZ, SEL, MLE, SOJ, SEZ, GOR) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa brokułowa bez śmietany 400ml (SEL) Spaghetti Bolognese 450g (GLU PSZ, SEL, MLE, SOJ, SEZ, GOR) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa brokułowa bez śmietany 400ml (SEL) Kasza gryczana z mięsem wieprzowym i sosem pomidorowo-warzywnym 450g (GLU PSZ, SEL, MLE, SOJ, SEZ, GOR) Kompot b/c 250ml	
Podwieczorek				Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLE)
Kolacja	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Ogórek kiszony 1 szt. 80g Szynka drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Pasta kanapkowa z rzodkiewką 60g(MLE) Herbata z/c 250 ml	Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Ogórek kiszony bez skóry 1 szt. 80g Szynka drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Pasta kanapkowa z rzodkiewką 60g(MLE) Herbata z/c 250 ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Ogórek kiszony 1 szt. 80g Szynka drobiowa 3 plastry 60g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Ser żółty 30g (MLE) Herbata b/c 250 ml	
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna: 2371,8 kcal B: 100,6 g W: 343,4 g Cukry o.: 79,4 g T: 81,0g SFA: 30,0g Bł: 28,2g Sól: 7,2g	Wartość energetyczna: 2335,8 kcal B: 100,6 g W: 321,8 g Cukry o.: 78,1 g T: 70,0 g SFA: 27,6 g Bł: 25,2 g Sól: 6,9 g	Wartość energetyczna: 2327,2 kcal B: 99,4 g W: 341,5 g Cukry o.: 59,3g T: 73,2 g SFA: 27,9 g Bł: 41,5 g Sól: 7,6 g	Wartość energetyczna: 442,2kcal B: 25,3g W: 47,6g Cukry o.: 19,4g T: 16,7g SFA: 7,7g Bł: 1,8g Sól: 0,2g



15.03.2026r.	Dieta podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dodatkowe posiłki
Śniadanie	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Mix sałat 20g Szynka gotowana 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Ser biały półtłusty 3 plastry 60g (MLE) Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 350ml (MLE, SEZ, GLU, SEL, GOR) Mandarynki 2 szt. 150g Herbata z/c 250 ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Mix sałat 20g Szynka gotowana 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Ser biały półtłusty 3 plastry 60g (MLE) Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 350ml (MLE, SEZ, GLU, SEL, GOR) Mandarynki 2 szt. 150g Herbata z/c 250 ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Mix sałat 20g Szynka gotowana 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Ser biały półtłusty 3 plastry 60g (MLE) Zupa bezmleczna 300ml (SEL) Mandarynki 2 szt. 150g Herbata b/c 250 ml	
II Śniadanie				Jogurt owocowy 1 sztuka 150g (MLE)
Obiad	Zupa wiosenna zabieleną 400ml (SEL, MLE) Kuleczki mięsne 2 sztuki 100g (GLU, JAJ, SEL) Sos koperkowy 80g (GLU, SEL) Gotowane buraczki 100g Kasza gryczana 200g Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa wiosenna 400ml (SEL) Kuleczki mięsne 2 sztuki 100g (GLU, JAJ, SEL) Sos koperkowy 80g (GLU, SEL) Gotowane buraczki 100g Kasza jęczmienna 200g (GLU JĘCZ) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa wiosenna 400ml (SEL) Kuleczki mięsne 2 sztuki 100g (GLU, JAJ, SEL) Sos koperkowy 80g (GLU, SEL) Surówka z kiszanej kapusty 100g (GOR, JAJ może zawierać SEL, MLE, SOJ, GLU) Kasza jęczmienna 200g (GLU JĘCZ) Kompot b/c 250ml	
Podwieczorek				Ciasto drożdżowe z owocami 1 kawałek 100g (GLU PSZ, JAJ, MLE)
Kolacja	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Szynka drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Dżem 1 szt. 30g Pomidor świeży ½ sztuki 80g Herbata z/c 250ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Szynka drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Dżem 1 szt. 30g Pomidor bez skóry ½ sztuki 80g Herbata z/c 250ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Szynka drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Serek topiony 1 szt. 30g Pomidor świeży ½ sztuki 80g Herbata b/c 250ml	
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna: 2322,3 kcal B: 95,1 g W: 345,7 g Cukry o.: 85,1g T: 68,1 g SFA: 28,7 g Bł: 25,6g Sól: 6,6 g	Wartość energetyczna: 2286,2 kcal B: 93,1 g W: 341,7g Cukry o.: 82,1g T: 54,2g SFA: 26,8 g Bł: 24,8 g Sól: 6,5 g	Wartość energetyczna: 2213,1 kcal B: 95,0g W: 331,3g Cukry o.: 53,0g T: 58,5 g SFA: 29,0 g Bł: 38,1g Sól: 6,8g	Wartość energetyczna: 421,5kcal B: 12,9g W: 67,1g Cukry o.: 8,5g T: 12,5g SFA: 6,5g Bł: 1,8g Sól: 0,5g

B- Białko, W- Węglowodany, Cukry o. – Cukry ogółem, T- tłuszcz, SFA- Kwasy tłuszczowe nasycone Kcal- Energia, Bł- Błonnik pokarmowy wyk. **Mobilny Dietetyk Agnieszka Chrzanowska**




16.03.2026r.	Dieta podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dodatkowe posiłki
Śniadanie	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor ½ sztuki 80g Paprykarz 1 porcja 80g (JAJ, GOR, MLE, SEL, GLU) Ser żółty 30g (MLE) Zupa mleczna z zacierkami 350ml (MLE, JAJ, GLU PSZ) Mandarynki 2 szt. 150g Herbata z/c 250 ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor bez skóry ½ sztuki 80g Paprykarz 1 porcja 80g (JAJ, GOR, MLE, SEL, GLU) Ser żółty 30g (MLE) Zupa mleczna z zacierkami 350ml (MLE, JAJ, GLU PSZ) Mandarynki 2 szt. 150g Herbata z/c 250 ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor 1/2 sztuki 80g Paprykarz 1 porcja 80g (JAJ, GOR, MLE, SEL, GLU) Ser żółty 30g (MLE) Zupa bezmleczna 350ml (SEL) Mandarynki 2 szt. 150g Herbata b/c 250 ml	
II Śniadanie				Jogurt owocowy 1 szt. 150g (MLE)
Obiad	Zupa buraczkowa 400ml (SEL, MLE) Naleśniki z serem i śmietaną 3 szt. 260g (GLU PSZY, JAJ, MLE) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa buraczkowa 400ml (SEL) Naleśniki z serem 3 szt. 260g (GLU PSZY, JAJ, MLE) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa buraczkowa 400ml (SEL, MLE) Pieczony kotlet 1 szt. 150g Kasza gryczana 200g Surówka z kapusty kiszzonej 200g Kompot b/c 250ml	
Podwieczorek				Biszkopty 4 szt. 20g (GLU, JAJ)
Kolacja	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Sałata masłowa 2 liście 20g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Pasta warzywna 30g (MLE) Herbata z/c 250ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Sałata masłowa 2 liście 20g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Pasta warzywna 30g (MLE) Herbata z/c 250ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Sałata masłowa 2 liście 20g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Pasta warzywna 30g (MLE) Herbata b/c 250ml	
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna: 2517,5 kcal B:124,8 g W: 324,1g Cukry o.: 88,9g T: 79,4g SFA: 36g Bł: 31,5 g Sól: 6,9g	Wartość energetyczna: 2527,9 kcal B:124,8 g W: 324,1g Cukry o.: 88,9g T: 74,4 g SFA: 29,9g Bł: 31,5 g Sól: 6,9g	Wartość energetyczna: 2452 kcal B: 110,2 g W: 346,4g Cukry o.: 62,8g T: 62,6g SFA: 25,7g Bł: 41,5g Sól: 7,9g	Wartość energetyczna: 205,5kcal B: 6,9g W: 33,0g Cukry o.: 5,0g T: 6,0g SFA: 3,5g Bł: 0,3g Sól: 0,2g

B- Białko, W- Węglowodany, Cukry o. – Cukry ogółem, T- tłuszcz, SFA- Kwasy tłuszczowe nasycone Kcal- Energia, Bł- Błonnik pokarmowy wyk. **Mobilny Dietetyk Agnieszka Chrzanowska**



17.03.2026r.	Dieta podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dodatkowe posiłki
Śniadanie	<p>Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Ogórek kiszony 1 szt. 80g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Dżem 1 szt. 30g (MLE) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (MLE, GLU PSZ, ORZ, SOJ, SEZ) Jabłko 1 szt. 150g Herbata z/c 250 ml</p>	<p>Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Ogórek kiszony bez skóry 1 szt. 80g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Dżem 1 szt. 30g (MLE) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (MLE, GLU PSZ, ORZ, SOJ, SEZ) Jabłko 1 szt. 150g Herbata z/c 250 ml</p>	<p>Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Ogórek kiszony 1 szt. 80g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Serek topiony 1 szt. 30g (MLE) Zupa bezmleczna 350ml (SEL) Jabłko 1 szt. 150g Herbata b/c 250 ml</p>	
II Śniadanie				Jogurt owocowy 1 szt. 150g (MLE)
Obiad	<p>Rosół z makaronem 400ml (SEL, GLU) Pieczeń rzymska 150g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, GOR, SEL, MLE) Kluski śląskie 200g (GLU PSZ) Surówka Colesław 100g (JAJ, MLE, GOR) Kompot owocowy z/c 250ml</p>	<p>Rosół z makaronem 400ml (SEL, GLU) Pieczeń rzymska 150g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, GOR, SEL, MLE) Kluski śląskie 200g (GLU PSZ) Gotowana marchewka 100g Kompot owocowy z/c 250ml</p>	<p>Rosół czysty 400ml (SEL) Pieczeń rzymska 150g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, GOR, SEL, MLE) Ziemniaki gotowane 200g Surówka Colesław 100g (JAJ, MLE, GOR) Kompot b/c 250ml</p>	
Podwieczorek				Krakersy 5 szt. 25g (GLU, MLE, JAJ, SEZ)
Kolacja	<p>Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Mix sałat 20g Wędlina drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Pasta z twarogiem i szczypiorkiem 100g (MLE) Herbata z/c 250ml</p>	<p>Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Mix sałat 20g Wędlina drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Pasta z twarogiem i szczypiorkiem 100g (MLE) Herbata z/c 250ml</p>	<p>Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Mix sałat 20g Wędlina drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Pasta z twarogiem i szczypiorkiem 100g (MLE) Herbata b/c 250ml</p>	
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	<p>Wartość energetyczna: 2633,2kcal B: 126,8g W: 357,1g Cukry o.: 75,8g T: 76,2g SFA: 30,5g Bł: 33,1g Sól: 7,2g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2572,7 kcal B: 123,5g W: 345,1g Cukry o.: 71,4g T: 73,6g SFA: 28,1g Bł: 29,9,6g Sól: 6,3g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2313,3kcal B: 112,9g W: 294,7g Cukry o.: 47,9g T: 74,3g SFA: 30,1g Bł: 45,7g Sól: 8,1g</p>	<p>Wartość energetyczna: 204kcal B: 9,3g W: 25,3g Cukry o.: 8,4g T: 7,0g SFA: 1,8g Bł: 1,8g Sól: 0,6g</p>

18.03.2026r.	Dieta podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dodatkowe posiłki
Śniadanie	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Sałata masłowa 2 liście 20g Połudwica sopocka 2 plastry 40g (GLU, SOJ, MLE) Pasta kanapkowa z koperkiem 100g (JAJ) Zupa mleczna z kaszą krakowską 350ml (MLE, GLU, SOJ, OZI, SEZ, SO2) Banan 1 szt. 150g Herbata z/c 250ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Sałata masłowa 2 liście 20g Połudwica sopocka 2 plastry 40g (GLU, SOJ, MLE) Pasta kanapkowa z koperkiem 100g (JAJ) Zupa mleczna z kaszą krakowską 350ml (MLE, GLU, SOJ, OZI, SEZ, SO2) Banan 1 szt. 150g Herbata z/c 250ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 10g (MLE) Sałata masłowa 2 liście 20g Połudwica sopocka 2 plastry 40g (GLU, SOJ, MLE) Pasta kanapkowa z koperkiem 100g (JAJ) Zupa bezmleczna 350ml (SEL) Banan 1 szt. 150g Herbata b/c 250ml	
II Śniadanie				Chrupki kukurydziane 30g (może zawierać SOJ, MLE, OZI)
Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną 400ml (SEL, MLE) Pierogi z okrasą 6 sztuk 300g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, JAJ) Surówka z czerwonej kapusty 200g (JAJ, GOR, MLE, SOJ, GLU) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami bez śmietany 400ml (SEL) Pierogi bez okrasy 6 sztuk 300g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, JAJ) Surówka z marchwi 200g (GOR, JAJ może zawierać SEL, SEZ, MLE, RYB, SOJ, GLU) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami bez śmietany 400ml (SEL) Pierogi bez okrasy 6 sztuk 300g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, JAJ) Surówka z czerwonej kapusty 200g (JAJ, GOR, MLE, SOJ, GLU) Kompot b/c 250ml	
Podwieczorek				Serek homogenizowany smakowy 1 sztuka 150g (MLE)
Kolacja	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor świeży ½ sztuki 80g Wędlina drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SOJ SEL) Serek naturalny 50g (MLE) Herbata z/c 250 ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor bez skórki ½ sztuki 80g Wędlina drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SOJ SEL) Serek naturalny 50g (MLE) Herbata z/c 250 ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor świeży ½ szt. 80g Wędlina drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SOJ SEL) Serek naturalny 50g (MLE) Herbata b/c 250 ml	
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna: 2541 kcal B: 96,1g W: 299,1g Cukry o.: 80,8g T: 81,7g SFA: 35,9g Bł: 24,6g Sól: 7,3g	Wartość energetyczna: 2357,4 kcal B: 96,8g W: 303,5g Cukry o.: 83,7g T: 80,7g SFA: 36,0g Bł: 26,9g Sól: 7,4g	Wartość energetyczna: 2399,5 kcal B: 90,5g W: 321,3g Cukry o.: 57,3g T: 80,5g SFA: 31,5g Bł: 40,2g Sól: 7,3g	Wartość energetyczna: 345,9kcal B: 27,9g W: 43,6g Cukry o.: 19,4g T: 7,2g SFA: 3,9g Bł: 2,3g Sól: 0,2g

B- Białko, W- Węglowodany, Cukry o. – Cukry ogółem, T- tłuszcz, SFA- Kwasy tłuszczowe nasycone Kcal- Energia, Bł- Błonnik pokarmowy wyk. **Mobilny Dietetyk Agnieszka Chrzanowska** 

19.03.2026r.	Dieta podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dodatkowe posiłki
Śniadanie	<p>Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Rzodkiewka 2 szt. 40g Wędlina drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Jajko na twardo 1 szt. 50g (JAJ) Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml (MLE, GLU JĘCZ, OZI, SEZ, SOJ) Mandarynki 2 szt. 150g Herbata z/c 250 ml</p>	<p>Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Mix sałat 20g Wędlina drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Jajko na twardo 1 szt. 50g (JAJ) Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml (MLE, GLU JĘCZ, OZI, SEZ, SOJ) Mandarynki 2 szt. 150g Herbata z/c 250 ml</p>	<p>Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Rzodkiewka 2 szt. 40g Wędlina drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Jajko na twardo 1 szt. 50g (JAJ) Zupa bezmleczna 350ml (SEL) Mandarynki 2 szt. 150g Herbata b/c 250 ml</p>	
II Śniadanie				Ciasto drożdżowe 1 kawałek 100g (GLU PSZ, JAJ, MLE)
Obiad	<p>Zupa koperkowa zabieleną z ziemniakami 400ml (SEL, MLE) Gotowana pierś z kurczaka w sosie warzywnym 150g (SEL, GLU) Kasza gryczana 200g Surówka warzywna 100g (SEL) Kompot owocowy z/c 250ml</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (SEL, MLE) Gotowana pierś z kurczaka w sosie warzywnym 150g (SEL, GLU) Kasza jagłana 200g Surówka warzywna 100g (SEL) Kompot owocowy z/c 250ml</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (SEL) Gotowana pierś z kurczaka w sosie warzywnym 150g (SEL, GLU) Kasza gryczana 200g Surówka warzywna 100g (SEL) Kompot b/c 250ml</p>	
Podwieczorek				Jogurt owocowy 1 szt.150g (MLE)
Kolacja	<p>Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor świeży ½ szt. 50g Sałata masłowa 1 liść 10g Kiełbaska z wody 1 szt. 110g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Musztarda 1 łyżeczka 10g (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR) Herbata z/c 250ml</p>	<p>Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor bez skóry ½ szt. 50g Sałata masłowa 1 liść 10g Kiełbaska z wody 1 szt. 110g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Herbata z/c 250ml</p>	<p>Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10 g (MLE) Pomidor świeży ½ szt. 50g Sałata masłowa 1 liść 10g Kiełbaska z wody 1 szt. 110g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Musztarda 1 łyżeczka 10g (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR) Herbata b/c 250ml</p>	
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	<p>Wartość energetyczna: 2311,4 kcal B: 102,5g W: 317,3g Cukry o.: 78,8g T: 74,4g SFA: 33,2g Bł: 20,3 g Sól: 7,1g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2232,9 kcal B: 101,9g W: 315,1g Cukry o.: 74,3g T: 73,7g SFA: 33,2g Bł:18,1g Sól: 6,9g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2239,7kcal B: 100,2g W: 327,6g Cukry o.: 49,1g T: 71,5g SFA: 31,3g Bł: 36,2g Sól: 7,2g</p>	<p>Wartość energetyczna: 385,5 kcal B: 13,3g W: 60,9g Cukry o.: 19,3g T: 10,3g SFA: 4,9g Bł: 2,1g Sól: 0,5g</p>



20.03.2026r.	Dieta podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dodatkowe posiłki
Śniadanie	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor ½ szt. 80g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Ser żółty 30g (MLE) Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (MLE, GLU PSZ) Mandarynki 2 sztuki 150g Herbata z/c 250 ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor bez skóry ½ szt. 80g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Ser żółty 30g (MLE) Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (MLE, GLU PSZ) Mandarynki 2 sztuki 150g Herbata z/c 250 ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Pomidor ½ szt. 80g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Ser żółty 30g (MLE) Zupa bezmleczna 350ml (SEL) Mandarynki 2 sztuki 150g Herbata b/c 250 ml	
II Śniadanie				Bułka z dżemem 1 szt. (GLU PSZ, MLE, JAJ)
Obiad	Zupa ziemniaczana 400ml (SEL, MLE) Smażona ryba (dorsz) 1 szt. 150g (RYB) Ziemniaki gotowane 200g Mix warzyw z sosem czosnkowym 200g Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa ziemniaczana 400ml (SEL) Pieczona ryba (dorsz) 1 szt. 150g (RYB) Ziemniaki gotowane 200g Mix warzyw z oliwą 200g Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa ziemniaczana 400ml (SEL) Pieczona ryba (dorsz) 1 szt. 150g (RYB) Ziemniaki gotowane 200g Mix warzyw z sosem czosnkowym 200g Kompot b/c 250ml	
Podwieczorek				Kisiel 200ml (GLU)
Kolacja	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Wędlina drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Sałatka z jajkiem i warzywami 200g (SEL, GOR, JAJ, SOJ) Herbata z/c 250ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Wędlina drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Sałatka z jajkiem i warzywami 200g (SEL, GOR, JAJ, SOJ) Herbata z/c 250ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Wędlina drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Sałatka z jajkiem i warzywami 200g (SEL, GOR, JAJ, SOJ) Herbata b/c 250ml	
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna: 2468,5kcal B: 113,3g W: 290,5g Cukry o.: 72,7g T: 99,5g SFA: 35,8g Bł: 22,8g Sól: 6,5g	Wartość energetyczna: 2352,1 kcal B: 114,4g W: 291,0g Cukry o.: 72,7g T: 86,9g SFA: 36,3g Bł: 23,1g Sól: 6,6g	Wartość energetyczna: 2313,2 kcal B: 113,1g W: 260,7g Cukry o.: 47,4g T: 94,0g SFA: 35,2g Bł: 38,2g Sól: 7,3g	Wartość energetyczna: 581,7 kcal B: 15,2g W: 105,8g Cukry o.: 28,9g T: 11,7g SFA: 4,3g Bł: 3,8g Sól: 1,2g



21.03.2026r.	Dieta podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dodatkowe posiłki
Śniadanie	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Mix sałat 20g Szynka gotowana 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Paszтет 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 350ml (MLE, SEZ, GLU, SEL, GOR) Jabłko 1 sztuka 150g Herbata z/c 250 ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Mix sałat 20g Szynka gotowana 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Paszтет 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 350ml (MLE, SEZ, GLU, SEL, GOR) Jabłko 1 sztuka 150g Herbata z/c 250 ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Mix sałat 20g Szynka gotowana 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Paszтет 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Zupa bezmleczna 300ml (SEL) Jabłko 1 sztuka 150g Herbata b/c 250 ml	
II Śniadanie				Jogurt owocowy 1 sztuka 150g (MLE)
Obiad	Zupa grysikowa 400ml (GLU, SEL) Podudzia z kurczaka ze skórą pieczone 1 sztuka 300g Surówka z kiszonej kapusty 100g (GOR, JAJ może zawierać SEL, MLE, SOJ, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa grysikowa 400ml (GLU, SEL) Podudzia z kurczaka bez skóry pieczone 1 sztuka 300g Gotowana marchewka 100g Ziemniaki gotowane 200g Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa grysikowa 400ml (GLU, SEL) Podudzia z kurczaka bez skóry pieczone 1 sztuka 300g Surówka z kiszonej kapusty 100g (GOR, JAJ może zawierać SEL, MLE, SOJ, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Kompot b/c 250ml	
Podwieczorek				Ciasto drożdżowe z owocami 1 kawałek 100g (GLU PSZ, JAJ, MLE)
Kolacja	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Polędwica sopocka 2 plastry 40g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor świeży ½ sztuki 80g Pasta z twarogiem i rzodkiewką 100g (MLE) Herbata z/c 250ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Polędwica sopocka 2 plastry 40g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor bez skóry ½ sztuki 80g Pasta z twarogiem i rzodkiewką 100g (MLE) Herbata z/c 250ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Polędwica sopocka 2 plastry 40g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor świeży ½ sztuki 80g Pasta z twarogiem i rzodkiewką 100g (MLE) Herbata b/c 250ml	
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna: 2563,3kcal B: 108,8g W: 306,4g Cukry o.: 85,2g T: 89,9g SFA: 37,8g Bł: 31,4g Sól: 8,4g	Wartość energetyczna: 2434,3kcal B: 111,5g W: 306,4g Cukry o.: 85,2g T: 81,2g SFA: 33,6g Bł: 31,8g Sól: 8,5g	Wartość energetyczna: 2748,7kcal B: 119,1g W: 374,4g Cukry o.: 68,8g T: 86,1g SFA: 34,9g Bł: 45,1g Sól: 9,1g	Wartość energetyczna: 421,5kcal B: 12,9g W: 67,1g Cukry o.: 8,5g T: 12,5g SFA: 6,5g Bł: 1,8g Sól: 0,5g



22.03.2026r.	Dieta podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dodatkowe posiłki
Śniadanie	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Sałata masłowa 2 liście 20g Pasta jajeczna z szynką 100g (JAJ, SOJ, GOR, MLE) Ser żółty 30g (MLE) Zupa mleczna z płatkami pszennymi 350ml (MLE, GLU PSZ, ORZ, SEZ, SOJ, GOR, SO2, SEL) Jabłko 1 szt. 150g Herbata z/c 250 ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Sałata masłowa 2 liście 20g Pasta jajeczna z szynką 100g (JAJ, SOJ, GOR, MLE) Ser żółty 30g (MLE) Zupa mleczna z płatkami pszennymi 350ml (MLE, GLU PSZ, ORZ, SEZ, SOJ, GOR, SO2, SEL) Jabłko 1 szt. 150g Herbata z/c 250 ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Sałata masłowa 2 liście 20g Pasta jajeczna 100g (JAJ, SOJ, GOR, MLE) Szynka drobiowa 2 plastry 40g (GLU, SOJ, MLE) Zupa bezmleczna 350ml (SEL) Jabłko 1 szt. 150g Herbata b/c 250 ml	
II Śniadanie				Serek homogenizowany owocowy 1 szt. 150g (MLE)
Obiad	Zupa z białych warzyw 400ml (SEL) Potrawka po chińsku 200g (GLU, SEL) Ryż 200g Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa z białych warzyw 400ml (SEL) Potrawka po chińsku 200g (GLU, SEL) Ryż 200g (GLU JĘCZ) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa z białych warzyw 400ml (SEL) Potrawka po chińsku 200g (GLU, SEL) Kasza gryczana 200g Kompot b/c 250ml	
Podwieczorek				Herbatniki 4 sztuki 20g (GLU PSZY, JAJ, MLE, SOJ, ORZ)
Kolacja	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Mix sałat 20g Polędwica sopocka 2 plastry 40g (GLU, SOJ, MLE) Dżem 1 szt. 30g Herbata z/c 250ml	Bułka wrocławska 2 kromki 30g (GLU PSZ) Chleb pszenny 2 kromki 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Mix sałat 20g Polędwica sopocka 2 plastry 40g (GLU, SOJ, MLE) Dżem 1 szt. 30g Herbata z/c 250ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Mix sałat 20g Polędwica sopocka 2 plastry 40g (GLU, SOJ, MLE) Ser żółty 30g (MLE) Herbata b/c 250ml	
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna: 2465,5 kcal B: 104,6g W: 313,4 g Cukry o.:94,3g T: 88,5g SFA: 36,5g Bł: 24,5g Sól: 6,7g	Wartość energetyczna: 2380,6 kcal B: 102,1g W: 313,2g Cukry o.: 93,1g T: 85,2g SFA: 35,9g Bł: 24,4g Sól: 6,5g	Wartość energetyczna: 2338,3kcal B: 103,3g W: 296,5g Cukry o.: 47,6g T: 91,6g SFA: 36,2g Bł: 45,1g Sól: 7,4g	Wartość energetyczna: 195,2kcal B: 9,1g W: 22,4g Cukry o.: 15,1g T: 7,5g SFA: 2,1g Bł: 0,3g Sól: 0,4g

B- Białko, W- Węglowodany, Cukry o. – Cukry ogółem, T- tłuszcz, SFA- Kwasy tłuszczowe nasycone Kcal- Energia, Bł- Błonnik pokarmowy wyk. **Mobilny Dietetyk Agnieszka Chrzanowska**



GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,

SKO - Skorupiaki i pochodne,

JAJ - Jaja i pochodne,

RYB - Ryby i pochodne,

OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,

SOJ - Soja i pochodne,

MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,

ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,

SEL - Seler i pochodne,

GOR - Gorczyca i produkty pochodne,

SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,

S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,

ŁUB - Łubin i produkty pochodne,

MCK - Mięczaki i pochodne,

MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,

GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,

GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,

GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

