

24.08.2026r.	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 4 plastry 80g Pieczony pasztet 2 plastry 80g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Ser żółty 30g (MLE) Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 350ml (MLE, GLU PSZ może zawierać GLU JĘCZ, GLU OWS, GLU ŻYT, SEZ) Arbuz 1 szt. 150g Herbata b/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 świeży bez skóry 4 plastry 80g Pieczony pasztet 2 plastry 80g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Ser żółty 30g (MLE) Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 350ml (MLE, GLU PSZ może zawierać GLU JĘCZ, GLU OWS, GLU ŻYT, SEZ) Arbuz 1 szt. 150g Herbata b/c 250 ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Ogórek świeży 4 plastry 80g Pieczony pasztet 2 plastry 80g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Ser żółty 30g (MLE) Zupa bezmleczna 350ml (SEL) Arbuz 1 szt. 150g Herbata b/c 250 ml	
II Śniadanie				Biskupki 4 sztuki 20g (GLU PSZ, JAJ, MLE)
Obiad	Zupa jarzynowa zabieleną 400ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ może zawierać GLU PSZ) Bitki wieprzowe 200g (SEL, GLU PSZ) Kasza jagłana 200g Surówka selerowa 200g (GOR, JAJ może zawierać SEL, SEZ,MLE,RYB, SOJ,GLU) Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa jarzynowa 400ml (SEL, GLU JĘCZ może zawierać GLU PSZ) Bitki wieprzowe (200g) (SEL, GLU, PSZ) Kasza jagłana 200g Surówka selerowa 200g (GOR, JAJ może zawierać SEL, SEZ,MLE,RYB, SOJ,GLU) Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa jarzynowa 400ml (SEL, GLU JĘCZ może zawierać GLU PSZ) Bitki wieprzowe (200g) (SEL, GLU PSZ) Kasza jęczmienna pęczak 200g (GLU PSZ) Surówka selerowa 200g (GOR, JAJ może zawierać SEL, SEZ,MLE,RYB, 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 b/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 b/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: 2317,1 kcal B: 97,0 g W: 287,6 g Cukry o.: 93,9 g T: 88,3 g SFA: 31,7g Bł: 30,2 g Sód: 2025,6 mg	Wartość energetyczna: 2440,9 kcal B: 111,2 g W: 334,3 g Cukry o.: 94,2g T: 79,9 g SFA: 32,3 g Bł: 27,1 g Sód: 2526,2 mg	Wartość energetyczna: 2509,5 kcal B: 99,4 g W: 353,3 g Cukry o.: 83,1 g T: 92,4 g SFA: 30,1 g Bł: 48,1g Sód: 2688,2 mg	Wartość energetyczna: 305,4kcal B: 11,8g W: 48,6g Cukry o.: 26,2g T: 7,5g SFA: 4,0g Bł: 0,4g Sód: 114,5 mg

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



25.08.2026r.	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 1 liść 10g Sałatka z jajkiem i warzywami 200g (SEL, GOR, JAJ, SOJ) Polędwica sopocka 2 plastry 40g (GLU, SOJ, MLE) Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (MLE, GLU PSZ) Jabłko 1 szt. 150g Herbata b/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) Polędwica sopocka 2 plastry 40g (GLU, SOJ, MLE) Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (MLE, GLU PSZ) Jabłko 1 szt. 150g Herbata b/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) Polędwica sopocka 2 plastry 40g (GLU, SOJ, MLE) Zupa bezmleczna 350ml (SEL) Jabłko 1 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) Kluski ziemniaczane z sosem pieczarkowym 300g (MLE, GLU, SEL) Surówka z kiszonej kapusty 100g (GOR, JAJ może zawierać SEL, MLE, SOJ, GLU) Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa kaszubska lekkostrawna 400ml (SEL, GLU PSZ) Kluski ziemniaczane z sosem pieczarkowym 300g (MLE, GLU, SEL) Gotowane warzywa 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa kaszubska 400ml (SEL, GLU PSZ) Grillowana pierś z kurczaka w sosie pomidorowym 1 szt. 100g (SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kiszonej 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) Ogórek kiszony 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) Herbata b/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) Ogórek kiszony bez skóry 1 szt. 50g Sałata masłowa 1 liść 10g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Dżem 1 szt. 30g (MLE) Herbata b/c 250ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Ogórek kiszony 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) Herbata b/c 250ml	
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna: 2386,0 kcal B: 89,1 g W: 323,9 g Cukry o.: 88,9 g T: 80,6 g SFA: 33,1 g Bł: 29,7g Sód: 2885,5 mg	Wartość energetyczna: 2344,0 kcal B: 86,3 g W: 334,8 g Cukry o.: 82,7g T: 80,4 g SFA: 32,8 g Bł: 29,1 g Sód: 2831,3 mg	Wartość energetyczna: 2298,3 kcal B: 85,5 g W: 342,7 g Cukry o.: 85,4 g T: 75,8 g SFA: 25,5 g Bł: 48,2g Sód: 3171,7 mg	Wartość energetyczna: 357,9 kcal B: 1,4 g W: 79,2 g Cukry o.: 42,1 g T: 3,5 g SFA: 0,2 g Bł: 0,3 g Sód: 546,8 mg



26.08.2026r.	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) Rzodkiewka 3 sztuki 80g 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) Arbuz 1 szt. 150g Herbata b/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 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) Arbuz 1 szt. 150g Herbata b/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) Rzodkiewka 3 sztuki 80g 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) Arbuz 1 szt. 150g Herbata b/c 250 ml	
II Śniadanie				Jogurt owocowy 1 szt. 150g (MLE)
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem zabelana 400ml (SEL, MLE) Kotlet z piersi indyka 1 sztuka 100g (GLU, JAJ) Sos czosnkowy 30g (MLE) Ziemniaki gotowane 200g Gotowane warzywa 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (SEL) Kotlet z piersi indyka 1 sztuka 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 200g Gotowane warzywa 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa pomidorowa czysta 400ml (SEL) Kotlet z piersi indyka 1 sztuka 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 200g Surówka Ciesław 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 Galaretki drobiowa z warzywami 1 szt. 150g (SEL) Ser żółty 30g (MLE) Herbata b/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 Galaretki drobiowa z warzywami 1 szt. 150g (SEL) Ser żółty 30g (MLE) Herbata b/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 Galaretki 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: 2562,2 kcal B: 101,3 g W: 305,7 g Cukry o.: 85,8 g T: 98,5g SFA: 39,2 g Bł: 23,9 g Sód: 2086,2 mg	Wartość energetyczna: 2414,2 kcal B: 106,4 g W: 299,3 g Cukry o.: 89,2 g T: 92,9 g SFA: 36,2g Bł: 22,6 g Sód: 2011,2 mg	Wartość energetyczna: 2417,2 kcal B: 92,7 g W: 320,0 g Cukry o.: 87,2 g T: 94,0 g SFA: 28,4 g Bł: 42,8 g Sód: 2355,4 mg	Wartość energetyczna: 205,5kcal B: 6,9g W: 33,0g Cukry o.: 5,0g T: 6,0g SFA: 3,5g Bł: 0,3g Sód: 82,2 mg

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



27.08.2026r.	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 lodowa 1 liść 10g 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 b/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 lodowa 1 liść 10g Ogórek świeży bez skóry 4 plastry 80g 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 b/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 lodowa 1 liść 10g 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 z mięsem wieprzowym i sosem pomidorowo- warzywnym 450g (GLU PSZ, SEL, MLE, SOJ, SEZ, GOR) Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa brokułowa bez śmietany 400ml (SEL) Spaghetti z mięsem wieprzowym i sosem pomidorowo- warzywnym 450g (GLU PSZ, SEL, MLE, SOJ, SEZ, GOR) Kompot owocowy b/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 z ryby wędzonej 80g (MLE, RYB) Herbata b/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 z ryby wędzonej 80g (MLE, RYB) Herbata b/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) Pasta z ryby wędzonej 80g (RYB) Herbata b/c 250 ml	
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna: 2304,1 kcal B: 108,1 g W: 284,9 g Cukry o.: 85,2 g T: 85,7 g SFA: 35,2 g Bł: 29,2g Sód: 2863 mg	Wartość energetyczna: 2237,6 kcal B: 107,1 g W: 277,6 g Cukry o.: 83,1 g T: 84,9 g SFA: 33,1 g Bł: 29,1 g Sód: 2862,5 mg	Wartość energetyczna: 2255,7 kcal B: 99,1 g W: 310,6 g Cukry o.: 88,1 g T: 79,7 g SFA: 28,9 g Bł: 48,5 g Sód: 3381,9 mg	Wartość energetyczna: 442,2kcal B: 25,3g W: 47,6g Cukry o.: 19,4g T: 16,7g SFA: 7,7g Bł: 1,8g Sód: 236,3 mg



28.08.2026r.	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 płatkami jęczmiennymi 350ml (MLE, GLU) Banan 1 szt. 150g Herbata b/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 płatkami jęczmiennymi 350ml (MLE, GLU) Banan 1 szt. 150g Herbata b/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) Banan 1 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) Klops rybny pieczony 1 szt. 100g (GLU PSZ, JAJ, MLE, RYB) Ryż brązowy 200g Surówka Colesław 100g (JAJ, MLE, GOR) Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa ogórkowa 400ml (SEL, GLU) Klops rybny gotowany 1 szt. 100g (GLU PSZ, JAJ, MLE, RYB) Ryż biały 200g Surówka z marchwi i jabłka 100g (GOR, JAJ może zawierać SEL, SEZ, MLE, RYB, SOJ, GLU) Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa ogórkowa 400ml (SEL, GLU) Klops rybny pieczony 1 szt. 100g (GLU PSZ, JAJ, MLE, RYB) Ryż brązowy 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) Rzodkiewka 3 sztuki 80g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Ser żółty 30g (MLE) Herbata b/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) Ogórek bez skóry ½ sztuki 80g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Ser żółty 30g (MLE) Herbata b/c 250ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Rzodkiewka 3 sztuki 80g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Ser żółty 30g (MLE) Herbata b/c 250ml	
	Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna: 2362,8 kcal B: 96,9 g W: 297,2 g Cukry o.: 79,6 g T: 88,2 g SFA: 34,7 g Bł: 20,7 g Sód: 2509,6 mg	Wartość energetyczna: 2341,8 kcal B: 89,9 g W: 293,4 g Cukry o.: 79,2 g T: 79,7 g SFA: 33,9 g Bł: 17,8 g Sód: 2499,3 mg	Wartość energetyczna: 2381,6 kcal B: 83,1 g W: 331,7 g Cukry o.: 70,4 g T: 86,8 g SFA: 29,4 g Bł: 35,8 g Sód: 2803,5 g	Wartość energetyczna: 410,2kcal B: 10,8g W: 73,3g Cukry o.: 24,3g T: 9,5g SFA: 4,2g Bł: 1,18g Sód: 253,8 mg



29.08.2026r.	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 Salata masłowa 1 liść 10g Pasztetowa 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) Śliwki 2 sztuki 150g Herbata b/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 Salata masłowa 1 liść 10g Pasztetowa 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) Śliwki 2 sztuki 150g Herbata b/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 Salata masłowa 1 liść 10g Pasztetowa 4 plastry 80g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Ser żółty 30g (MLE) Zupa bezmleczna 350ml (SEL) Śliwki 2 sztuki 150g Herbata b/c 250 ml	
II Śniadanie				Biszkopty 4 sztuki 20g (GLU PSZ, JAJ, MLE)
Obiad	Zupa z cukinii 400ml (SEL, GLU JĘCZ może zawierać GLU PSZ) Kotlety z warzywami 1 sztuka (200g) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kiszonej kapusty 100g (GOR, JAJ może zawierać SEL,MLE, SOJ,GLU) Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa z cukinii 400ml (SEL, GLU JĘCZ może zawierać GLU PSZ) Kotlety z warzywami 1 sztuka (200g) Ziemniaki gotowane 200g Surówka selerowa 100g (GOR, JAJ może zawierać SEL, SEZ,MLE,RYB, SOJ,GLU) Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa z cukinii 400ml (SEL, GLU JĘCZ może zawierać GLU PSZ) Kotlety z warzywami 1 sztuka (200g) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kiszonej 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) Salatka warzywna 100g (SEL, GOR, JAJ) Herbata b/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) Salatka warzywna 100g (SEL, GOR, JAJ) Herbata b/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) Salatka warzywna 100g (SEL, GOR, JAJ) Herbata b/c 250ml	
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna: 2353,7 kcal B: 91,2 g W: 297,7 g Cukry o.: 90,3 g T: 84,7 g SFA: 35,7 g Bł: 21,3 g Sód: 2718,8 mg	Wartość energetyczna: 2322,2 kcal B: 90,1 g W: 290,5 g Cukry o.: 88,2 g T: 84,0 g SFA: 34,3 g Bł: 22,8 g Sód: 2702,9 mg	Wartość energetyczna: 2357,0 kcal B: 82,1 g W: 330,7 g Cukry o.: 82,8 g T: 88,6 g SFA: 29,2 g Bł: 45,7 g Sód: 3281,1 mg	Wartość energetyczna: 305,4kcal B: 11,8g W: 48,6g Cukry o.: 26,2g T: 7,5g SFA: 4,0g Bł: 0,4g Sód: 114,5 mg



30.08.2026r.	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 4 plastry 80g Sałata masłowa 1 liść 10g Szynka drobiowa 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 b/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 drobiowa 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 b/c 250 ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Ogórek świeży 4 plastry 80g Sałata masłowa 1 liść 10g Szynka drobiowa 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 400ml (SEL, GLU JĘCZ może zawierać GLU PSZ) Gulasz z szynki wieprzowej 200g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, GOR, SEL, MLE) Kasza gryczana 200g Gotowana marchewka z groszkiem 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Krupnik 400ml (SEL, GLU JĘCZ może zawierać GLU PSZ) Gulasz z szynki wieprzowej 200g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, GOR, SEL, MLE) Kasza jagłana 200g Gotowana marchewka 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Krupnik 400ml (SEL, GLU JĘCZ może zawierać GLU PSZ) Gulasz z szynki wieprzowej 200g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, GOR, SEL, MLE) Kasza gryczana 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 b/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 b/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: 2337,9 kcal B: 116,9 g W: 307,4 g Cukry o.: 86,2 g T: 76,7 g SFA: 35,6 g Bł: 28,6 g Sód: 2720,5 mg	Wartość energetyczna: 2292,4 kcal B: 115,9 g W: 309,4 g Cukry o.: 85,4 g T: 70,9 g SFA: 31,6 g Bł: 27,9g Sód: 2694,0 mg	Wartość energetyczna: 2358,6 kcal B: 108,4 g W: 353,0 g Cukry o.: 75,6 g T: 66,3 g SFA: 26,8 g Bł: 47,0 g Sód: 2987,0 mg	Wartość energetyczna: 204kcal B: 9,3g W: 25,3g Cukry o.: 8,4g T: 7,0g SFA: 1,8g Bł: 1,8g Sód: 200,7 mg



31.08.2026r.	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 b/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 b/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, MLE) Potrawka po chińsku 200g (GLU, SEL) Ryż 200g Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa z białych warzyw 400ml (SEL) Potrawka po chińsku 200g (GLU, SEL) Ryż 200g Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa z białych warzyw 400ml (SEL) Potrawka po chińsku 200g (GLU, SEL) Ryż brązowy 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) Rzodkiewka 3 sztuki 80g Polędwica z indyka 2 plastry 40g (GLU, SOJ, MLE) Dżem 1 szt. 30g Herbata b/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 z indyka 2 plastry 40g (GLU, SOJ, MLE) Dżem 1 szt. 30g Herbata b/c 250ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Rzodkiewka 3 sztuki 80g Polędwica z indyka 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: 2380,5 kcal B: 105,2 g W: 334,8 g Cukry o.: 83,6 g T: 77,5 g SFA: 29,6 g Bł: 27,7 g Sód: 2551,4 mg	Wartość energetyczna: 2305,9 kcal B: 100,8 g W: 327,8 g Cukry o.: 83,6 g T: 74,3 g SFA: 27,6 g Bł: 26,9 g Sód: 2547,6 mg	Wartość energetyczna: 2286,4 kcal B: 102,7 g W: 319,9 g Cukry o.: 73,3 g T: 76,7 g SFA: 23,2 g Bł: 46,6 g Sód: 3009,9 mg	Wartość energetyczna: 324,2kcal B: 26,8 g W: 35,3 g Cukry o.: 26,1 g T: 8,5 g SFA: 4,1 g Bł: 0,3 g Sód: 119,4 mg

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



01.09.2026r.	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 80g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 350ml (MLE, SEZ, GLU, SEL, GOR) Jabłko 1 sztuka 150g Herbata b/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 80g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 350ml (MLE, SEZ, GLU, SEL, GOR) Jabłko 1 sztuka 150g Herbata b/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 80g (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 b/c 250ml	Zupa grysikowa 400ml (GLU, SEL) Podudzia z kurczaka bez skóry pieczone 1 sztuka 300g Gotowana marchewka 100g Ziemniaki gotowane 200g Kompot owocowy b/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) Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Sałata masłowa 1 liść 10g Ser mozzarella 80g (MLE) Herbata b/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) Sałata masłowa 1 liść 10g Ser mozzarella 80g (MLE) Herbata b/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) Sałata masłowa 1 liść 10g Ser mozzarella 80g (MLE) Herbata b/c 250ml	
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna: 2536,7 kcal B: 132,8 g W: 294,6 g Cukry o.: 81,6 g T: 94,9 g SFA: 38,1 g Bł: 27,7 g Sód: 3421,7 g	Wartość energetyczna: 2441,7 kcal B: 132,0 g W: 290,1 g Cukry o.: 80,2g T: 89,4 g SFA: 37,9 g Bł: 26,8 g Sód: 3409,2 mg	Wartość energetyczna: 2518,3 kcal B: 125,5 g W: 325,1 g Cukry o.: 80,8 g T: 89,4 g SFA: 33,8 g Bł: 44,1 g Sód: 4137,1mg	Wartość energetyczna: 421,5kcal B: 12,9g W: 67,1g Cukry o.: 8,5g T: 12,5g SFA: 6,5g Bł: 1,8g Sód: 197,2 mg



02.09.2026r.	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 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) Śliwki 2 szt. 150g Herbata b/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 świeży 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) Śliwki 2 szt. 150g Herbata b/c 250 ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Ogórek świeży 1 szt. 80g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Serek topiony 1 szt. 30g (MLE) Zupa bezmleczna 350ml (SEL) Śliwki 2 szt. 150g Herbata b/c 250 ml	
II Śniadanie				Jogurt naturalny 1 szt. 150g (MLE)
Obiad	Rosół z makaronem 400ml (SEL, GLU) Pieczeń rzymska 170g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, GOR, SEL, MLE) Kluski śląskie 200g (GLU PSZ) Surówka Colesław 100g (JAJ, MLE, GOR) Kompot owocowy b/c 250ml	Rosół z makaronem 400ml (SEL, GLU) Pieczeń rzymska 170g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, GOR, SEL, MLE) Kluski śląskie 200g (GLU PSZ) Gotowane warzywa 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Rosół czysty 400ml (SEL) Pieczeń rzymska 170g (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 Wędlina drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Pasta z rzodkiewką 100g (MLE) Herbata b/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 Wędlina drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Pasta z rzodkiewką 100g (MLE) Herbata b/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 Wędlina drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SEL) Pasta z rzodkiewką 100g (MLE) Herbata b/c 250ml	
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna: 2592,2 kcal B: 108,2 g W: 354,1 g Cukry o.: 79,1 g T: 88,2 g SFA: 36,5 g Bł: 24,7 g Sód: 2886,1 mg	Wartość energetyczna: 2541,2 kcal B: 109,5 g W: 347,2 g Cukry o.: 78,7 g T: 85,8 g SFA: 36,1 g Bł: 26,1 g Sód: 2854,1 mg	Wartość energetyczna: 2256,9 kcal B: 100,1 g W: 306,4 g Cukry o.: 73,0 g T: 77,6 g SFA: 27,2 g Bł: 37,0 g Sód: 3103,7 mg	Wartość energetyczna: 204 kcal B: 9,3g W: 25,3g Cukry o.: 8,4g T: 7,0g SFA: 1,8g Bł: 1,8g Sód: 237,3 mg

03.09.2026r.	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 jajeczna z koperkiem 100g (JAJ) Zupa mleczna z kaszą krakowską 350ml (MLE, GLU, SOJ, OZI, SEZ, SO2) Banan 1 szt. 150g Herbata b/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 jajeczna z koperkiem 100g (JAJ) Zupa mleczna z kaszą krakowską 350ml (MLE, GLU, SOJ, OZI, SEZ, SO2) Banan 1 szt. 150g Herbata b/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 jajeczna 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 zabelana 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 b/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 b/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) Ogórek świeży 1 sztuka 80g Wędlina drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SOJ SEL) Serek kanapkowy 50g (MLE) Herbata b/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 świeży bez skórki 1 sztuka 80g Wędlina drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SOJ SEL) Serek kanapkowy 50g (MLE) Herbata b/c 250 ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Ogórek świeży 1 sztuka 80g Wędlina drobiowa 2 plastry 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, JAJ, GOR, SOJ SEL) Serek kanapkowy 50g (MLE) Herbata b/c 250 ml	
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna: 2563,7 kcal B: 106,7g W: 304,7 g Cukry o.: 85,4 g T: 95,3 g SFA: 37,0 g Bł: 20,4 g Sód: 2805,1 mg	Wartość energetyczna: 2471,3 kcal B: 104,8 g W: 298,2 g Cukry o.: 84,5 g T: 90,1 g SFA: 34,1 g Bł: 21,9 g Sód: 2696,2 mg	Wartość energetyczna: 2611,8 kcal B: 100,5 g W: 342,6 g Cukry o.: 86,7 g T: 98,1 g SFA: 32,1 g Bł: 39,1 g Sód: 2628,9 mg	Wartość energetyczna: 345,9kcal B: 27,9g W: 43,6g Cukry o.: 19,4g T: 7,2g SFA: 3,9g Bł: 2,3g Sód: 57,6 mg

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



04.09.2026r.	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 ½ szt. 80g Sałata lodowa 1 liść 10g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Serek topiony 1 szt. 30g (MLE) Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (MLE, GLU PSZ) Jabłko 1 sztuka 150g Herbata b/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 bez skóry ½ szt. 80g Sałata lodowa 1 liść 10g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Serek topiony 1 szt. 30g (MLE) Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (MLE, GLU PSZ) Jabłko 1 sztuka 150g Herbata b/c 250 ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Ogórek ½ szt. 80g Sałata lodowa 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 sztuka 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 b/c 250ml	Zupa ziemniaczana 400ml (SEL) Pieczona ryba (dorsz) 1 szt. 150g (RYB) Ziemniaki gotowane 200g Mix warzyw z oliwą 200g Kompot owocowy b/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 jarzynowa 200g (SEL, GOR, JAJ, SOJ) Herbata b/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 jarzynowa 200g (SEL, GOR, JAJ, SOJ) Herbata b/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 jarzynowa 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: 2490,9 kcal B: 100,6 g W: 316,6 g Cukry o.: 70,8 g T: 96,4 g SFA: 36,3 g Bł: 27,4 g Sód: 2692,3 mg	Wartość energetyczna: 2414,9 kcal B: 99,4 g W: 308,2 g Cukry o.: 70,4 g T: 92,8 g SFA: 36,1g Bł: 26,2 g Sód: 2641,2 mg	Wartość energetyczna: 2472,2 kcal B: 93,3 g W: 348,2 g Cukry o.: 62,9 g T: 98,0 g SFA: 32,1 g Bł: 38,2g Sód: 3153,7 mg	Wartość energetyczna: 357,9 kcal B: 1,4 g W: 79,2 g Cukry o.: 42,1 g T: 3,5 g SFA: 0,2 g Bł: 0,3 g Sód: 546,8 mg

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



05.09.2026r.	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 Paprykarz 1 porcja 80g (JAJ, GOR, MLE, SEL, GLU) Ser żółty 30g (MLE) Zupa mleczna z zacierkami 350ml (MLE, JAJ, GLU PSZ) Arbuz 1 szt. 150g Herbata b/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 Paprykarz 1 porcja 80g (JAJ, GOR, MLE, SEL, GLU) Ser żółty 30g (MLE) Zupa mleczna z zacierkami 350ml (MLE, JAJ, GLU PSZ) Arbuz 1 szt. 150g Herbata b/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 Paprykarz 1 porcja 80g (JAJ, GOR, MLE, SEL, GLU) Ser żółty 30g (MLE) Zupa bezmleczna 350ml (SEL) Arbuz 1 szt. 150g Herbata b/c 250 ml	
II Śniadanie				Jogurt owocowy 1 szt. 150g (MLE)
Obiad	Zupa buraczkowa 400ml (SEL, MLE) Naleśniki z serem twarogowym 3 szt. 260g (GLU PSZY, JAJ, MLE) Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa buraczkowa 400ml (SEL) Naleśniki z serem 3 szt. 260g (GLU PSZY, JAJ, MLE) Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa buraczkowa 400ml (SEL, MLE) Pieczony kotlet 1 szt. 150g Kasza gryczana 200g Surówka z kapusty kiszonej 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) Rzodkiewka 3 sztuki 80g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Pasztetowa 4 plastry 80g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Herbata b/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) Pasztetowa 4 plastry 80g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Herbata b/c 250ml	Chleb razowy 4 kromki 120g (GLU PSZ, GLU ŻYT, SEZ, może zawierać MLE, JAJ, SOJ) Masło 82 % tł. 1 szt. 10g (MLE) Rzodkiewka 3 sztuki 80g Szynka wieprzowa 2 plastry 40g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Pasztetowa 4 plastry 80g (GLU PSZ, MLE, GOR, SEL, SOJ) Herbata b/c 250ml	
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna: 2663,0 kcal B: 100,4 g W: 322,2 g Cukry o.: 91,6 g T: 80,4 g SFA: 37,1 g Bł: 20,8 g Sód: 2988,1 mg	Wartość energetyczna: 2636,0 kcal B: 98,5 g W: 319,4 g Cukry o.: 90,8 g T: 78,9 g SFA: 31,7 g Bł: 19,1 g Sód: 2974,1 mg	Wartość energetyczna: 2452,2 kcal B: 88,8 g W: 308,4g Cukry o.: 73,8g T: 85,9g SFA: 33,7g Bł: 42,5g Sód: 3670,3 mg	Wartość energetyczna: 205,5kcal B: 6,9g W: 33,0g Cukry o.: 5,0g T: 6,0g SFA: 3,5g Bł: 0,3g Sód: 82,2 mg

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



06.09.2026r.	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) Twarożek z pomidorem 80g (MLE) Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 350ml (MLE, SEZ, GLU, SEL, GOR) Arbuz 1 szt. 150g Herbata b/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) Twarożek z pomidorem bez skórki 80g (MLE) Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 350ml (MLE, SEZ, GLU, SEL, GOR) Arbuz 1 szt. 150g Herbata b/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) Jajko gotowane na twardo 1 sztuka 50g (JAJ) Zupa bezmleczna 300ml (SEL) Arbuz 1 szt. 150g Herbata b/c 250 ml	
II Śniadanie				Jogurt owocowy 1 sztuka 150g (MLE)
Obiad	Zupa wiosenna zabielenia 400ml (SEL, MLE) Pulpety drobiowe 2 sztuki 150g (GLU, JAJ, SEL) Sos koperkowy 80g (GLU, SEL, MLE) Gotowane buraczki 100g Kasza gryczana 200g Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa wiosenna 400ml (SEL) Pulpety drobiowe 2 sztuki 150g (GLU, JAJ, SEL) Sos koperkowy 80g (GLU, SEL, MLE) Gotowane buraczki 100g Kasza jęczmienna 200g (GLU JĘCZ) Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa wiosenna 400ml (SEL) Pulpety drobiowe 2 sztuki 150g (GLU, JAJ, SEL) Sos koperkowy 80g (GLU, SEL, MLE) Surówka z kiszonej 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 Ogórek świeży 1 sztuka 80g Herbata b/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 Ogórek świeży bez skóry 1 sztuka 80g Herbata b/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 Ogórek świeży 1 sztuka 80g Herbata b/c 250ml	
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dodatkowe posiłki
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna: 2305,4 kcal B: 99,2 g W: 314,9 g Cukry o.: 89,0 g T: 78,7 g SFA: 35,1 g Bł: 27,8 g Sód: 2670,4 mg	Wartość energetyczna: 2270,6 kcal B: 98,4 g W: 329,8 g Cukry o.: 82,5 g T: 68,6 g SFA: 35,3 g Bł: 27,7 g Sód: 2659,1 g	Wartość energetyczna: 2228,7 kcal B: 88,9 g W: 319,2 g Cukry o.: 76,9 g T: 75,4 g SFA: 34,3 g Bł: 45,2 g Sód: 3139,7 mg	Wartość energetyczna: 421,5kcal B: 12,9g W: 67,1g Cukry o.: 8,5g T: 12,5g SFA: 6,5g Bł: 1,8g Sód: 197,2 mg

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 pszenney,

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,