

## 2026-06-24 Środa

### Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Twarożek z rzodkiewką (80g) / <b>mleko</b> / 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>żytnia</b> / 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka <b>pszenna</b> / 5. Kakao z mlekiem i cukrem (250g) / <b>mleko, soja</b> /	1. Zupa pomidorowa z makaronem (400g) /mąka <b>pszenna, mleko, seler, jaja</b> / 2. <u>dieta podstawowa</u> : Kotlet drobiowy panierowany i smażony (150g) /mąka <b>pszenna, jaja, mleko</b> / 3. <u>dieta łatwostrawna</u> : Pulpet drobiowy gotowany (150g) /mąka <b>pszenna, jaja, mleko</b> / 4. Ziemniaki gotowane (150g) / <b>mleko</b> / 5. Sałata zielona z kefirem (100g) / <b>mleko</b> / 6. Herbata z cukrem i cytryną (250g)	1. Bułka pszenna (100g) /mąka <b>pszenna</b> / 2. <b>Jaja</b> gotowane (35g) 3. Margaryna roślinna (2g)	1. Sałatka ryżowa z tuńczykiem i jarzynami (80g) / <b>seler, ryba, mleko</b> / 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb graham (75g) /mąka <b>graham</b> , mąka <b>pszenna</b> / 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka <b>pszenna</b> / 5. Herbata z cukrem (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1717.4 Białko [g]: 78.3 Tłuszcz [g]: 47.2 Kwasy tł.nasycone [g]: 17.6 Węglowodany og. [g]: 250.41 Cukier [g]: 21.74 Błonnik [g]: 11.52 Sód [mg]: 2326.36 Sól [g]: 5.81	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1676.9 Białko [g]: 85 Tłuszcz [g]: 37.5 Kwasy tł.nasycone [g]: 17.2 Węglowodany og. [g]: 255.2 Cukier [g]: 22.32 Błonnik [g]: 10.98 Sód [mg]: 2376.14 Sól [g]: 5.94
---	---

#### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Twarożek z rzodkiewką (80g) / <b>mleko</b> / 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb graham (125g) /mąka <b>graham</b> , mąka <b>pszenna</b> / 5. Kakao z mlekiem bez cukru (250g) / <b>mleko, soja</b> /	1. Kisiel bez cukru (200g)	1. Zupa pomidorowa z makaronem (400g) /mąka <b>pszenna, mleko, seler, jaja</b> / 2. Pulpet drobiowy gotowany (150g) /mąka <b>pszenna, jaja, mleko</b> / 3. Ziemniaki gotowane (150g) / <b>mleko</b> / 4. Sałata zielona z kefirem (100g) / <b>mleko</b> / 5. Herbata napar bez cukru z cytryną (250g)	1. Bułka graham (100g) /mąka <b>graham</b> , mąka <b>pszenna</b> / 2. <b>Jaja</b> gotowane (35g) 3. Margaryna roślinna (2g)	1. Sałatka ryżowa z tuńczykiem i jarzynami (80g) / <b>seler, ryba, mleko</b> / 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb graham (125g) /mąka <b>graham</b> , mąka <b>pszenna</b> / 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1687.6 Białko [g]: 85.5 Tłuszcz [g]: 38.5 Kwasy tł.nasycone [g]: 17.4 Węglowodany og. [g]: 262.49 Cukier [g]: 40.59 Błonnik [g]: 25.54 Sód [mg]: 2244.99 Sól [g]: 5.61
--

\* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

\* Zastrzeżenie zmiany w jadłospisie.

## 2026-06-25 Czwartek

### Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. <u>dieta podstawowa</u> : Sałatka drobiowa z jarzynami (80g) / <b>seler, mleko</b> / <u>dieta łatwostrawna</u> : Pasta drobiowa z jarzynami (80g) / <b>seler, mleko</b> / 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>żytnia</b> / 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka <b>pszenna</b> / 5. Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem (250g) / <b>jęczmień, żyto, mleko</b> /	1. Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną (400g) / <b>seler, mleko</b> / 2. <u>dieta podstawowa</u> : Jajka w sosie musztardowym (180g) / <b>jaja, mąka pszenna, mleko, gorczyca</b> / <u>dieta łatwostrawna</u> : Jajka w potrawce jarzynowej (180g) / <b>jaja, mąka pszenna, seler, mleko</b> / 3. Sałata zielona z kefirem (100g) / <b>mleko</b> / 4. Ziemniaki gotowane (150g) / <b>mleko</b> / 5. Herbata z cytryną i cukrem (250g)	1. Bułka pszenna (100g) / mąka <b>pszenna</b> / 2. Ser topiony (17g) / <b>mleko</b> /	1. Wędlina (40g) / <b>białko sojowe, mleko, jaja, seler, gorczyca</b> / 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb graham (75g) /mąka <b>graham</b> , mąka <b>pszenna</b> / 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka <b>pszenna</b> / 5. Herbata z cukrem (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1669.1 Białko [g]: 70.2 Tłuszcz [g]: 49 Kwasy tł.nasycone [g]: 20.7 Węglowodany og. [g]: 244.53 Cukier [g]: 28.39 Błonnik [g]: 15.5 Sód [mg]: 2513.42 Sól [g]: 6.28	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1591.1 Białko [g]: 63.7 Tłuszcz [g]: 44.3 Kwasy tł.nasycone [g]: 19.9 Węglowodany og. [g]: 241.7 Cukier [g]: 27.18 Błonnik [g]: 14.81 Sód [mg]: 2342.65 Sól [g]: 5.85
--	---

### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Pasta drobiowa z jarzynami (80g) / <b>seler, mleko</b> / 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb graham (125g) /mąka <b>graham, mąka pszenna</b> / 4. Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru (250g) / <b>jęczmień, żyto, mleko</b> /	1. Kefir naturalny (150g) / <b>mleko</b> /	1. Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną (400g) / <b>seler, mleko, /</b> 2. Jajka w potrawce jarzynowej (180g) / <b>jaja, mąka pszenna, seler, mleko</b> / 3. Sałata zielona z kefirem (100g) / <b>mleko</b> / 4. Ziemniaki gotowane (150g) / <b>mleko</b> / 5. Herbata z cytryną bez cukru (250g)	1. Bułka graham (100g) /mąka <b>graham, mąka pszenna</b> / 2. Ser topiony (17g) / <b>mleko</b> /	1. Wędlina (40g) / <b>białko sojowe, mleko, jaja, seler, gorczyca</b> / 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb graham (125g) /mąka <b>graham, mąka pszenna</b> / 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1592.1 Białko [g]: 70.5 Tłuszcz [g]: 48 Kwasy tł.nasycone [g]: 22.2 Węglowodany og. [g]: 234.12 Cukier [g]: 29.55 Błonnik [g]: 29.3 Sód [mg]: 2266.63 Sól [g]: 5.66
---

\* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

\* Zastrzeżenie zmiany w jadłospisie.

**2026-06-26 Piątek**  
**Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.**

I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. <b>dieta podstawowa:</b> Ser żółty (40g) / <b>mleko/</b> <b>dieta łatwostrawna:</b> Twarożek (80g) / <b>mleko/</b> 2. Mix sałat z pomidorem, ogórkiem i rzodkiewką (40g) 3. Masło (7g) / <b>mleko/</b> 4. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka <b>pszenna, mąka żytnia/</b> 5. Bułka wrocławska (50g) /mąka <b>pszenna/</b> 6. Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem (250g) / <b>jęczmień, żyto, mleko/</b>	1. Zupa kalafiorowa z zacierką (400g) / <b>seler, mąka pszenna, mleko, jaja /</b> 2. Ryba pieczona z warzywami (150g) / <b>ryba, seler/</b> 3. Surówka z kapusty kiszzonej (100g) 4. Ziemniaki (150g) / <b>mleko/</b> 5. Herbata napar z cukrem i cytryną (250g)	1. Bułka pszenna (100g) /mąka <b>pszenna/</b> 2. Paszтет (35g) /mąka <b>pszenna, białko sojowe, pszenica/</b>	1. Pasta jajeczna (80g) / <b>jaja, mleko/</b> 2. Masło (7g) / <b>mleko/</b> 3. Chleb graham (75g) /mąka <b>graham, mąka pszenna/</b> 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka <b>pszenna/</b> 5. Herbata napar z cukrem (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1655.3 Białko [g]: 75.7 Tłuszcz [g]: 47.1 Kwasy tł.nasycone [g]: 21.3 Węglowodany og. [g]: 238.61 Cukier [g]: 20.89 Błonnik [g]: 13.21 Sód [mg]: 2455.88 Sól [g]: 6.13	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1650.1 Białko [g]: 80.8 Tłuszcz [g]: 42.3 Kwasy tł.nasycone [g]: 18.3 Węglowodany og. [g]: 240.99 Cukier [g]: 23.27 Błonnik [g]: 13.21 Sód [mg]: 2352.3 Sól [g]: 5.88
---	---

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.**

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Ser żółty (40g) / <b>mleko/</b> 2. Mix sałat z pomidorem, ogórkiem i rzodkiewką (40g) 3. Masło (7g) / <b>mleko/</b> 4. Chleb graham (125g) /mąka <b>graham, mąka pszenna/</b> 5. Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru (250g) / <b>jęczmień, żyto, mleko/</b>	1. Jabłko pieczone (150g)	1. Zupa kalafiorowa z zacierką (400g) / <b>seler, mąka pszenna, mleko, jaja /</b> 2. Ryba pieczona z warzywami (150g) / <b>ryba, seler/</b> 3. Surówka z kapusty kiszzonej (100g) 4. Ziemniaki (150g) / <b>mleko/</b> 5. Herbata bez cukru z cytryną (250g)	1. Bułka graham (100g) /mąka <b>graham, mąka pszenna/</b> 2. Paszтет (35g) /mąka <b>pszenna, białko sojowe, pszenica/</b>	1. Pasta jajeczna (80g) / <b>jaja, mleko/</b> 2. Masło (7g) / <b>mleko/</b> 3. Chleb graham (125g) /mąka <b>graham, mąka pszenna/</b> 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1614.8 Białko [g]: 82 Tłuszcz [g]: 43.9 Kwasy tł.nasycone [g]: 18.5 Węglowodany og. [g]: 237.98 Cukier [g]: 27.63 Błonnik [g]: 30.41 Sód [mg]: 2188.97 Sól [g]: 5.47
--

\* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

\* Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

## 2026-06-27 Sobota

### Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Wędlnina (40g) / <b>białko sojowe, mleko, jaja, seler, gorczyca</b> / + Pomidor (30g) 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) / <b>mąka pszenna, mąka żytnia</b> / 4. Bułka wrocławska (50g) / <b>mąka pszenna</b> / 5. Herbata z cukrem (250g)	1. Zupa koperkowa z makaronem (400g) / <b>pszenica, mleko, seler</b> / 2. <u>dieta podstawowa</u> : Kaszanka zasmażana z cebulą (150g) / <b>mąka pszenna</b> / + Ogórek kiszony (60g) <u>dieta łatwostrawna</u> : Potrawka drobiowo – jarzynowa (150g) / <b>seler, mąka pszenna, mleko</b> / 4. Ziemniaki (150g) / <b>mleko</b> / 5. Herbata z cukrem i cytryną (250g)	1. Bułka maślana (50g) / <b>mąka pszenna, jaja</b> / 2. Twarożek (80g) / <b>mleko</b> / + Dżem (30g) 3. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 4. Chleb graham (75g) / <b>mąka graham, mąka pszenna</b> / 5. Bułka wrocławska (50g) / <b>mąka pszenna</b> / 6. Herbata z cukrem (250g)	

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1542.3 Białko [g]: 59.8 Tłuszcz [g]: 47.7 Kwasy tł.nasycone [g]: 18.1 Węglowodany og. [g]: 223.42 Cukier [g]: 30.85 Błonnik [g]: 10.11 Sód [mg]: 3362.64 Sól [g]: 8.4	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1372 Białko [g]: 59.7 Tłuszcz [g]: 31.6 Kwasy tł.nasycone [g]: 14.2 Węglowodany og. [g]: 219.01 Cukier [g]: 30.91 Błonnik [g]: 14.04 Sód [mg]: 2160.5 Sól [g]: 5.4
--	--

### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Wędlnina (40g) / <b>białko sojowe, mleko, jaja, seler, gorczyca</b> / + Pomidor (30g) 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb graham (125g) / <b>mąka graham, mąka pszenna</b> / 4. Herbata bez cukru (250g)	1. Kefir naturalny (150g) / <b>mleko</b> /	1. Zupa koperkowa z makaronem (400g) / <b>pszenica, mleko, seler</b> / 2. Potrawka drobiowo – jarzynowa (150g) / <b>seler, mąka pszenna, mleko</b> / 3. Ziemniaki (150g) / <b>mleko</b> / 4. Herbata bez cukru z cytryną (250g)	1. Bułka graham (100g) / <b>mąka graham, mąka pszenna</b> / 2. Paszтет (35g) / <b>mąka pszenna, białko sojowe, pszenica</b> / 3. Twarożek (80g) / <b>mleko</b> / + Pomidor (30g) 4. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 5. Chleb graham (125g) / <b>mąka graham, mąka pszenna</b> / 6. Herbata bez cukru (250g)	

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1507.1 Białko [g]: 72.9 Tłuszcz [g]: 39 Kwasy tł.nasycone [g]: 17.8 Węglowodany og. [g]: 230.41 Cukier [g]: 22.53 Błonnik [g]: 29.13 Sód [mg]: 2336.14 Sól [g]: 5.84
--

\* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

\* Zastrzeżenie zmiany w jadłospisie.

**2026-06-28 Niedziela**  
**Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.**

I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Wędlina (40g) / <b>białko sojowe, mleko, jaja, seler, gorczyca</b> / 2. <u>dieta podstawowa</u> : Krem chrzanowy (30g) / <b>mleko, jaja</b> / <u>dieta łatwostrawna</u> : Krem z twarogu (30g) / <b>mleko</b> / 3. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 4. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka <b>pszenna, mąka żytnia</b> / 5. Bułka wrocławska (50g) /mąka <b>pszenna</b> / 6. Herbata z cukrem (250g)	1. Zupa grysikowa z jarzynami (400g) / <b>pszenica, seler, mleko</b> / 2. Schab duszony w sosie (150g) /mąka <b>pszenna, mleko</b> / 3. Marchewka z groszkiem (60g) /mąka <b>pszenna, mleko</b> / 4. Ziemniaki gotowane (150g) / <b>mleko</b> / 3. Herbata z cukrem i cytryną (250g)	1. Jabłko (150g)	1. Wędlina (40g) / <b>białko sojowe, mleko, jaja, seler, gorczyca</b> / + Pomidor (30g) 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb graham (75g) / <b>mąka graham, mąka pszenna</b> / 4. Bułka wrocławska (50g) / <b>mąka pszenna</b> / 5. Herbata napar z cukrem (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1429.1 Białko [g]: 69.4 Tłuszcz [g]: 37.5 Kwasy tł.nasycone [g]: 16 Węglowodany og. [g]: 211.66 Cukier [g]: 30.9 Błonnik [g]: 16.79 Sód [mg]: 2367.87 Sól [g]: 5.91	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1429.1 Białko [g]: 69.4 Tłuszcz [g]: 37.5 Kwasy tł.nasycone [g]: 16 Węglowodany og. [g]: 211.66 Cukier [g]: 30.9 Błonnik [g]: 16.79 Sód [mg]: 2367.87 Sól [g]: 5.91
--	---

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.**

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Wędlina (40g) / <b>białko sojowe, mleko, jaja, seler, gorczyca</b> / 2. Krem z twarogu (30g) / <b>mleko</b> / 3. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 4. Chleb graham (125g) /mąka <b>graham, mąka pszenna</b> / 5. Herbata bez cukru (250g)	1. Jogurt naturalny (150g) / <b>mleko</b> /	1. Zupa grysikowa z jarzynami (400g) / <b>pszenica, seler, mleko</b> / 2. Schab duszony w sosie (150g) /mąka <b>pszenna, mleko</b> / 3. Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100g) 4. Ziemniaki gotowane (150g) / <b>mleko</b> / 3. Herbata bez cukru i cytryną (250g)	1. Jabłko (150g)	1. Wędlina (40g) / <b>białko sojowe, mleko</b> / + Pomidor (30g) 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb graham (125g) / <b>mąka graham, mąka pszenna</b> / 4. Herbata bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1416.6 Białko [g]: 74.3 Tłuszcz [g]: 41.6 Kwasy tł.nasycone [g]: 17.3 Węglowodany og. [g]: 198.62 Cukier [g]: 27.79 Błonnik [g]: 24.96 Sód [mg]: 2182.86 Sól [g]: 5.45
--

\* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

\* Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

**2026-06-29 Poniedziałek**  
**Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.**

I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Żurek z jajkiem i kiełbasą (400g) /mąka <b>pszenna, mleko, jaja</b> / 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka <b>pszenna, mąka żytnia</b> / 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka <b>pszenna</b> / 5. Herbata z cukrem (250g)	1. Zupa barszcz z botwiny z ziemniakami (400g) / <b>seler, mleko</b> / 2. <u>dieta podstawowa</u> : Krokiety z kapustą smażone /mąka <b>pszenna, mleko, jaja</b> / <u>dieta łatwo strawna</u> : Makaron z serem białym (300g) /mąka <b>pszenna, jaja, mleko</b> / 3. Herbata z cukrem i cytryną (250g)	1. Bułka pszenna (50g) / <b>mąka pszenna</b> / 2. Ser topiony (17g) / <b>mleko</b> /	1. <u>dieta podstawowa</u> : Salceson (80g) + musztarda (5g) / <b>gorczyca</b> / + Ogórek kiszony (70g) <u>dieta łatwostrawna</u> : Wędlina (40g) / <b>białko sojowe, mleko, jaja, seler, gorczyca</b> / + Pomidor (30g) 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Bułka wrocławska (50g) /mąka <b>pszenna</b> / 4. Chleb graham (75g) /mąka <b>graham, mąka pszenna</b> / 5. Herbata z cukrem (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 2308,2 Białko [g]: 77,7 Tłuszcz [g]: 88,8 Kwasy tł.nasycone [g]: 31 Węglowodany og. [g]: 309,3 Cukier [g]: 26,46 Błonnik [g]: 19,99 Sód [mg]: 3720,42 Sól [g]: 9,3	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 2061 Białko [g]: 91,7 Tłuszcz [g]: 49,6 Kwasy tł.nasycone [g]: 23,7 Węglowodany og. [g]: 317,53 Cukier [g]: 24,12 Błonnik [g]: 11,53 Sód [mg]: 2364,36 Sól [g]: 5,91
---	--

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.**

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Żurek z jajkiem i kiełbasą (400g) /mąka <b>pszenna, mleko, jaja</b> / 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb graham (125g) / <b>mąka graham, mąka pszenna</b> / 4. Herbata bez cukru (250g)	1. Kefir naturalny (150g) / <b>mleko</b> /	1. Zupa barszcz z botwiny z ziemniakami (400g) / <b>seler, mleko</b> / 2. Makaron z serem białym (300g) /mąka <b>pszenna, jaja, mleko</b> / 3. Herbata bez cukru z cytryną (250g)	1. Bułka graham (50g) / <b>mąka graham, mąka pszenna</b> / 2. Ser topiony (17g) / <b>mleko</b> /	1. Wędlina (40g) / <b>białko sojowe, mleko, jaja, seler, gorczyca</b> / + Pomidor (30g) 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb graham (125g) /mąka <b>graham, mąka pszenna</b> / 4. Herbata bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 2061,9 Białko [g]: 98,5 Tłuszcz [g]: 53,3 Kwasy tł.nasycone [g]: 26 Węglowodany og. [g]: 11,9 Cukier [g]: 26,49 Błonnik [g]: 26,02 Sód [mg]: 2288,34 Sól [g]: 5,72
--

\* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

\* Zastrzega się zmiany w jadłospisie

**2026-06-29 Poniedziałek**  
**Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.**

I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Żurek z jajkiem i kiełbasą (400g) /mąka <b>pszenna, mleko, jaja</b> / 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka <b>pszenna, mąka żytnia</b> / 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka <b>pszenna</b> / 5. Herbata z cukrem (250g)	1. Zupa barszcz z botwiny z ziemniakami (400g) / <b>seler, mleko</b> / 2. Makaron z serem białym (300g) /mąka <b>pszenna, jaja, mleko</b> / 3. Herbata z cukrem i cytryną (250g)	1. Bułka pszenna (50g) / <b>mąka pszenna</b> / 2. Ser topiony (17g) / <b>mleko</b> /	1. <u>dieta podstawowa</u> : Salceson (80g) + musztarda (5g) / <b>gorczyca</b> / + Ogórek kiszony (70g) <u>dieta łatwostrawna</u> : Wędlina (40g) / <b>białko sojowe, mleko, jaja, seler, gorczyca</b> / + Pomidor (30g) 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Bułka wrocławska (50g) /mąka <b>pszenna</b> / 4. Chleb graham (75g) /mąka <b>graham, mąka pszenna</b> / 5. Herbata z cukrem (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 2308.2 Białko [g]: 77,7 Tłuszcz [g]: 88,8 Kwasy tł.nasycone [g]: 31 Węglowodany og. [g]: 309,3 Cukier [g]: 26,46 Błonnik [g]: 19,99 Sód [mg]: 3720,42 Sól [g]: 9,3	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 2061 Białko [g]: 91.7 Tłuszcz [g]: 49.6 Kwasy tł.nasycone [g]: 23,7 Węglowodany og. [g]: 317.53 Cukier [g]: 24,12 Błonnik [g]: 11,53 Sód [mg]: 2364.36 Sól [g]: 5,91
---	--

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.**

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Żurek z jajkiem i kiełbasą (400g) /mąka <b>pszenna, mleko, jaja</b> / 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb graham (125g) / <b>mąka graham, mąka pszenna</b> / 4. Herbata bez cukru (250g)	1. Kefir naturalny (150g) / <b>mleko</b> /	1. Zupa barszcz z botwiny z ziemniakami (400g) / <b>seler, mleko</b> / 2. Makaron z serem białym (300g) /mąka <b>pszenna, jaja, mleko</b> / 3. Herbata bez cukru z cytryną (250g)	1. Bułka graham (50g) / <b>mąka graham, mąka pszenna</b> / 2. Ser topiony (17g) / <b>mleko</b> /	1. Wędlina (40g) / <b>białko sojowe, mleko, jaja, seler, gorczyca</b> / + Pomidor (30g) 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb graham (125g) /mąka <b>graham, mąka pszenna</b> / 4. Herbata bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 2061.9 Białko [g]: 98.5 Tłuszcz [g]: 53.3 Kwasy tł.nasycone [g]: 26 Węglowodany og. [g]: 11,9 Cukier [g]: 26,49 Błonnik [g]: 26,02 Sód [mg]: 2288,34 Sól [g]: 5,72
--

\* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

\* Zastrzega się zmiany w jadłospisie

**2026-06-30 Wtorek**  
**Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.**

I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Twarożek z rzodkiewką (80g) / <b>mleko</b> / 2. Masło (10g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>żytnia</b> / 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka <b>pszenna</b> / 5. Kakao z mlekiem i cukrem (250g) / <b>mleko, soja</b> /	1. Zupa jarzynowa z ziemniakami ( 400g) / <b>mleko, seler</b> / 2. Zrazy mielone pieczone (100g) /mąka <b>pszenna, jaja, mleko</b> / 3. <b>dieta podstawowa</b> : Surówka z kapusty młodej (100g) / <b>mleko</b> / + Kasza gryczana (150g) <b>dieta łatwo strawna</b> : Buraczki czerwone z jabłkiem (100g) + Kasza jęczmienna (150g) / <b>jęczmień</b> / 4 Herbata z cukrem i cytryną (250g)	Bułka maślana (50g) /mąka <b>pszenna, jaja</b> / 1. <b>dieta podstawowa</b> : Sałatka rybno – jarzynowa (80g) / <b>ryba –makreła, seler, mleko</b> / <b>dieta łatwo strawna</b> : Pasta rybno – jarzynowa (80g) / <b>ryba –makreła, seler, mleko</b> / 2. Masło (10g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb graham (75g) /mąka <b>graham</b> , mąka <b>pszenna</b> / 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka <b>pszenna</b> / 5. Herbata napar bez cukru (250g)	

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1997.2 Białko [g]: 87.8 Tłuszcz [g]: 57.6 Kwasy tł.nasycone [g]: 22.4 Węglowodany og. [g]: 290.12 Cukier [g]: 34.26 Błonnik [g]: 16.93 Sód [mg]: 2508.12 Sól [g]:6.27	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1898.3 Białko [g]: 82.1 Tłuszcz [g]: 48.7 Kwasy tł.nasycone [g]: 21.8 Węglowodany og. [g]: 290.35 Cukier [g]: 39.19 Błonnik [g]: 15.27 Sód [mg]: 2483.98 Sól [g]:6.2
--	--

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.**

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Twarożek z rzodkiewką (80g) / <b>mleko</b> / 2. <b>Masło</b> (10g) / <b>białko mleka</b> / 3. Chleb graham (125g) /mąka <b>graham</b> , mąka <b>pszenna</b> / 4. Kakao z mlekiem bez cukru (250g) / <b>mleko, soja</b> /	1. Kisiel (200g)	1. Zupa jarzynowa z ziemniakami (400g) / <b>białko mleka, seler, gluten zbóż</b> / 2. Zrazy mielone pieczone (100g) /mąka <b>pszenna, jaja, mleko</b> / 3. Surówka z kapusty włoskiej (100g) / <b>mleko</b> / 4. Kasza gryczana (150g) 5. Herbata z cytryną bez cukru (250g)	1. Jabłko pieczone (150g)	1. Pasta rybno – jarzynowa (80g) / <b>ryba –makreła, seler, mleko</b> / 2. Masło (10g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb graham (75g) /mąka <b>graham</b> , mąka <b>pszenna</b> / 4. Herbata bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1995.9 Białko [g]: 87.2 Tłuszcz [g]: 57.6 Kwasy tł.nasycone [g]: 22.6 Węglowodany og. [g]: 296.97 Cukier [g]: 43.9 Błonnik [g]: 30.13 Sód [mg]: 2331.64 Sól [g]:5.82
--

\* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

\* Zastrzeżenie zmiany w jadłospisie.

## 2026-07-01 Środa

### Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Paszтет drobiowo – jarzynowy pieczony własny (80g) /mąka <b>pszenna, jaja, seler</b> / + Pasta pomidorowa z jabłkiem (35g) 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka <b>pszenna, mąka żytnia</b> / 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka <b>pszenna</b> / 5. Kawa z mlekiem i cukrem (250g) / <b>mleko, jęczmień, żyto</b> /	1. Zupa jarzynowa z ryżem (400g) / <b>seler, mleko</b> / 2. <u>dieta podstawowa</u> : Kiełbasa pieczona z cebulą (150g) / <b>gluten zbóż, białko mleka, jaja, gorczyca</b> / + Ogórek kiszony (60g) 3. <u>dieta łatwostrawna</u> : Leczo z cukinią i mięsem z jarzynami (300g) /seler, <b>mleko</b> , mąka <b>pszenna</b> / 4. Ziemniaki gotowane (150g) / <b>mleko</b> / 5. Herbata z cukrem i cytryną (250g)	1. Bułka pszenna (100g) /mąka <b>pszenna</b> / 2. Ser topiony (17g) / <b>mleko</b> /	1. Pasta jajeczna z zieleniną (80g) / <b>jaja, mleko</b> / 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb graham (75g) /mąka <b>graham, mąka pszenna</b> / 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka <b>pszenna</b> / 5. Herbata z cukrem (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1869.8 Białko [g]: 76 Tłuszcz [g]: 64.4 Kwasy t.nasycone [g]: 24.9 Węglowodany og. [g]: 252.81 Cukier [g]: 30.04 Błonnik [g]: 12.95 Sód [mg]: 3676.72 Sól [g]: 9.19	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1797.2 Białko [g]: 72,8 Tłuszcz [g]: 55,3 Kwasy t.nasycone [g]: 23,1 Węglowodany og. [g]: 259.65 Cukier [g]: 34,9 Błonnik [g]: 15.57 Sód [mg]: 2348.3 Sól [g]: 5,87
--	---

### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Paszтет drobiowo – jarzynowy pieczony własny (80g) /mąka <b>pszenna, jaja, seler</b> / + Pasta pomidorowa z jabłkiem (35g) 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb graham (125g) /mąka <b>graham, mąka pszenna</b> / 4. Kawa z mlekiem bez cukru (250g) / <b>mleko, jęczmień, żyto</b> /	1. Kefir (150g) / <b>mleko</b> /	1. Zupa jarzynowa z ryżem (400g) / <b>seler, mleko</b> / 2. Leczo z cukinią i mięsem z jarzynami (300g) /seler, <b>mleko</b> , mąka <b>pszenna</b> / 3. Ziemniaki gotowane (150g) / <b>mleko</b> / 4. Herbata bez cukru z cytryną (250g)	1. Bułka graham (100g) /mąka <b>graham, mąka pszenna</b> / 2. Ser topiony (17g) / <b>mleko</b> /	1. Pasta jajeczna z zieleniną (80g) / <b>jaja, mleko</b> / 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb graham (125g) /mąka <b>graham, mąka pszenna</b> / 4. Herbata bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1804.2 Białko [g]: 79,4 Tłuszcz [g]: 59 Kwasy t.nasycone [g]: 25,4 Węglowodany og. [g]: 253.8 Cukier [g]: 38,89 Błonnik [g]: 30.06 Sód [mg]: 2248.81 Sól [g]: 5,62
--

\* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

\* Zastrzegą się zmiany w jadłospisie.

## 2026-07-02 Czwartek

### Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Parówka (100g) / <b>soja, mleko, jaja, seler i gorczyca</b> /	1. Zupa wielowarzywna z ziemniakami (400g) /mąka <b>pszenna, seler, jaja</b> /	1. Bułka pszenna (100g) /mąka <b>pszenna</b> /	1. Galaretka drobiowa (180g) / <b>soja, gorczyca, seler</b> / +
2. Mix sałat z pomidorem i ogórkiem z olejem (30g)	2. <b>dieta podstawowa</b> : Ryż z sosem jogurtowo – śmietanowym z truskawkami (300g) / <b>mleko</b> /	2. Pasztet (35g) /mąka <b>pszenna</b> , białko <b>sojowe</b> , <b>pszenica</b> , może zawierać <b>seler, gorczyce, mleko i jaja</b>	2. Masło (7g) / <b>mleko</b> /
3. Masło (7g) / <b>mleko</b> /	3. <b>dieta łatwostrawna</b> : Ryż z jabłkiem zapiekany i cynamonem (300g) / <b>mleko</b> /		3. Chleb graham (75g) /mąka <b>graham</b> , mąka <b>pszenna</b> /
4. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>żytnia</b> /			4. Bułka wrocławska (50g) /mąka <b>pszenna</b> /
5. Bułka wrocławska (50g) /mąka <b>pszenna</b> /			5. Herbata z cukrem (250g)
6. Kawa z mlekiem i cukrem (250g) / <b>jęczmień, żyto, mleko</b> /	3. Herbata z cukrem i cytryną (250g)		

Dieta podstawowa:	Dieta łatwo strawna:
Energia [kcal]: 2013.5	Energia [kcal]: 2062.2
Białko [g]: 73.8	Białko [g]: 75.7
Tłuszcz [g]: 59.7	Tłuszcz [g]: 60.6
Kwasy tł.nasycone [g]: 25.2	Kwasy tł.nasycone [g]: 25.6
Węglowodany og. [g]: 301.74	Węglowodany og. [g]: 311.06
Cukier [g]: 35.69	Cukier [g]: 35.97
Błonnik [g]: 13.39	Błonnik [g]: 15.19
Sód [mg]: 4141.87	Sód [mg]: 4153.96
Sól [g]: 10.35	Sól [g]: 10.38

### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Parówka (100g) / <b>soja, mleko, jaja, seler i gorczyca</b> /	1. Jabłko (150g)	1. Zupa wielowarzywna z ziemniakami (400g) /mąka <b>pszenna, seler, jaja</b> /	1. Bułka graham (100g) /mąka <b>graham</b> , mąka <b>pszenna</b> /	1. Galaretka drobiowa (180g) / <b>soja, gorczyca, seler</b> / + Cytryna (10g)
2. Mix sałat z pomidorem i ogórkiem z olejem (30g)		2. Ryż z jabłkiem zapiekany i cynamonem (300g) / <b>mleko</b> /	2. Pasztet (35g) /mąka <b>pszenna</b> , białko <b>sojowe</b> , <b>pszenica</b> , może zawierać <b>seler, gorczyce, mleko i jaja</b> /	2. Masło (7g) / <b>mleko</b> /
3. Masło (7g) / <b>mleko</b> /		3. Herbata bez cukru z cytryną (250g)		3. Chleb graham (125g) /mąka <b>graham</b> , mąka <b>pszenna</b> /
4. Chleb graham (125g) /mąka <b>graham</b> , mąka <b>pszenna</b> /				4. Herbata bez cukru (250g)
5. Kawa z mlekiem bez cukru (250g) / <b>jęczmień, żyto, mleko</b> /				

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:
Energia [kcal]: 2028.1
Białko [g]: 77.1
Tłuszcz [g]: 61.3
Kwasy tł.nasycone [g]: 25.9
Węglowodany og. [g]: 308.11
Cukier [g]: 40.51
Błonnik [g]: 32.39
Sód [mg]: 4014.71
Sól [g]: 10.03

\* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

\* Zastrzeżenie zmiany w jadłospisie.

**2026-07-03 Piątek**  
**Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.**

I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Barszcz biały z jajkiem (400g) /mąka <b>pszenna, mleko, jaja</b> / 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka <b>pszenna, mąka żytnia</b> / 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka <b>pszenna</b> / 5. Herbata z cukrem (250g)	1. Zupa kminkowa z lanym ciastem (400g) / <b>seler, mleko, pszenica, jaja</b> / 2. dieta podstawowa: Ryba pieczona z warzywami (150g) / <b>ryba, seler</b> / + ziemniaki gotowane (150g) / <b>mleko</b> / + surówka z kapusty kiszzonej (150g) dieta łatwostrawna: Ryba pieczona z warzywami (150g) / <b>ryba, seler</b> / + ziemniaki gotowane (150g) / <b>mleko</b> / 3. Herbata z cukrem i cytryną (250g)	1. Jabłko (150g)	1. Twarożek (80g) / <b>mleko</b> / 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb graham (75g) /mąka <b>graham, mąka pszenna</b> / 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka <b>pszenna</b> / 6. Herbata z cukrem (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1296.4 Białko [g]: 63,5 Tłuszcz [g]: 30,6 Kwasy tł.nasycone [g]: 14 Węglowodany og. [g]: 199,09 Cukier [g]: 31 Błonnik [g]: 15,05 Sód [mg]: 1793.5 Sól [g]:4,48	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1296.4 Białko [g]: 63,5 Tłuszcz [g]: 30,6 Kwasy tł.nasycone [g]: 14 Węglowodany og. [g]: 199,09 Cukier [g]: 31 Błonnik [g]: 15,05 Sód [mg]: 1793.5 Sól [g]:4,48
--	---

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.**

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Barszcz biały z jajkiem (400g) /mąka <b>pszenna, mleko, jaja</b> / 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb graham (125g) /mąka <b>graham, mąka pszenna</b> / 4. Herbata bez cukru (250g)	1. Kisiel (200g)	1. Zupa kminkowa z lanym ciastem (400g) / <b>seler, mleko, pszenica, jaja</b> / 2. Ryba pieczona z warzywami (150g) / <b>ryba, seler</b> / + ziemniaki gotowane (150g) / <b>mleko</b> / + surówka z kapusty kiszzonej (150g) 3. Herbata bez cukru z cytryną (250g)	1. Jabłko (150g)	1. Twarożek (80g) / <b>mleko</b> / 2. Masło (7g) / <b>mleko</b> / 3. Chleb graham (125g) /mąka <b>graham, mąka pszenna</b> / 4. Herbata bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1322.2 Białko [g]: 63,3 Tłuszcz [g]: 30,05 Kwasy tł.nasycone [g]: 14,1 Węglowodany og. [g]: 210,95 Cukier [g]: 40,3 Błonnik [g]: 25,13 Sód [mg]: 1586.08 Sól [g]: 3,96
--

\* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

\* Zastrzeżenie zmiany w jadłospisie.