

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2026-03-11 środa	Śniadanie	Mielonka 80g( <b>GLU</b> ) Pomidor 50g Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Chleb żytnio -pszenny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> )	Mielonka 80g( <b>GLU</b> ) Pomidor 50g Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Chleb graham 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Kawa z mlekiem 250ml( <b>MLE</b> )	Mielonka 80g( <b>GLU</b> ) Pomidor 50g Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Chleb pszenny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> )	Pasta warzywna 90 g( <b>SOJ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250 ml	Mielonka 80 g( <b>GLU</b> ) Pomidor 50g Chleb żytnio-pszeny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250 ml	Powidła 100 g Masło roślinne 25g( <b>MLE</b> ) Chleb pszeny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Kawa z mlekiem. 250 ml ( <b>MLE</b> )	Pasta warzywna 90 g( <b>SOJ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250 ml	Mielonka80g( <b>GLU</b> ) Pomidor 50g Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Chleb pszeny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Kawa z mlekiem250ml( <b>ML</b> )
	II śniadanie						Serek kanapkowy50g ( <b>MLE</b> ) Chleb żytnio-pszeny 100 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250 ml		
	obiad	Makaron na ostro z kielbasą450g( <b>GLU,PSZ</b> ) Kompot 250ml	Makaron w sosie pomidorowym z mięsem 450g( <b>GLU,PSZ</b> ) Kompot250ml	Makaron w sosie pomidorowym z mięsem 450g( <b>GLU,PSZ</b> ) Kompot250ml	Makaron w sosie pomidorowym/m450g ( <b>GLU,PSZ</b> ) <b>Kompot250ml</b>	Makaron na ostro z kielbasą450ml( <b>GIU,PSZ</b> ) Kompot250ml	Makaron na ostro z kielbasą( <b>GLU,PSZ</b> ) Kompot250ml	Makaron w sosie pomidorowym/m450g( <b>GLU,PSZ</b> ) Kompot250ml	Makaron w sosie pomidorowym z mięsem 450g( <b>GLU,PSZ</b> ) <b>Kompot250ml</b>
	podwieczorek						Dżem 80 g Masło roślinne25( <b>MLE</b> ) Chleb żytnio-pszeny 100 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250 ml		
	kolacja	Pasta z sera żółtego i jajka 120 g ( <b>MLE,JAJ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Chleb żytnio-pszeny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250 ml Roszponka	Pasta z sera żółtego i jajka 120 g ( <b>MLE,JAJ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Chleb graham 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250 ml Roszponka	Pasta z sera żółtego i jajka 120 g ( <b>MLE,JAJ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Chleb pszeny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250 m Roszponka	Pasta z sera żółtego i jajka 120 g ( <b>MLE,JAJ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Chleb żytnio-pszeny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250ml Roszponka	Pasta jajeczna 120 g ( <b>JAJ</b> ) Chleb żytnio-pszeny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250 ml Roszponka	Pasta z sera żółtego i jajka 120 g ( <b>MLE,JAJ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Chleb żytnio-pszeny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250 ml Roszponka	Humus paprykowy 120g Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Chleb żytnio-pszeny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250 ml Roszponka	Pasta z sera żółtego i jajka 120 g ( <b>MLE,JAJ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Chleb pszeny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250 ml Roszponka
P.W	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt	Bułki maślane 2szt	Bułki maślane 2 szt	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt	Rogal z nadzieniem czekoladowym1 szt

**Kcal 2927 Białko ogółem 101,64 g Tłuszcz 103,67 g Węglowodany ogółem 409,12 g Sól 1,1g Cukier 20,9g Kw .Tł. Nas.25,4g**

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>	<b>Dieta wegetariańska</b>	<b>Dieta bezmleczna</b>	<b>Dieta wysokokaloryczna</b>	<b>Dieta wegańska</b>	<b>Dieta lekkostrawna</b>
2026-03-12 czwartek	Śniadanie	Ser biały 100 g (MLE) Masło roślinne25g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kakao z mlekiem 250 ml (MLE,ORZ, KAK) Szczypior	Ser biały 100 g (MLE) Masło roślinne25g(MLE) Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Kakao z mlekiem 250 ml (MLE,ORZ, KAK) Szczypior	Ser biały 100 g (MLE) Masło roślinne25g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kakao z mlekiem 250 ml (MLE,ORZ, KAK) Szczypior	Ser biały 100 g (MLE) Masło roślinne25g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kakao z mlekiem 250 ml (MLE,ORZ, KAK) Szczypior	Dżem 100g Chleb żytnio-pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Ser biały 100 g (MLE) Masło roślinne25g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kakao z mlekiem 250 ml (MLE,ORZ, KAK) Szczypior	Dżem 100 g Masło roślinne25g(MLE) Chleb żytnio-pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Ser biały 100 g (MLE) Masło roślinne25g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kakao z mlekiem 250 ml (MLE,ORZ, KAK) Szczypior
	II śniadanie						Dżem 50 g Chleb graham 100 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml		
	obiad	Gulasz z kaszą 250g(GLU,PSZ) Surówka z marchwi i ogórka kiszzonego120g Napój 250 ml	Gulasz z kaszą250g(GLU,PSZ) Surówka z marchwi i ogórka kiszzonego120g Napój 250 ml	Gulasz z kaszą250g(GLU,PSZ) Surówka z marchwi i ogórka kiszzonego120g Napój 250 ml	Bukiet warzyw z fasolą w sosie pomidorowym Kasza 300g(PSZ) Napój 250ml	Gulasz z kaszą250g(GLU,PSZ) Surówka z marchwi i ogórka kiszzonego120g Napój 250 ml	Gulasz z kaszą250g(GLU,PSZ) <b>Surówka z marchwi i ogórka kiszzonego120g</b> Napój 250 ml	Bukiet warzyw z fasolą w sosie pomidorowym Kasza300g(PSZ) Napój 250ml	Gulasz z kaszą 250g(GLU,PSZ) Surówka z marchwi i ogórka kiszzonego120g Napój 250 ml
	podwiecz						Wafle ryżowe 3 szt.		
	kolacja	Pasztet zapiekany 100g(GLU) Masło roślinne25g(MLE) Chleb żytnio-pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Ogórek zielony 60 g Kajzerka(PSZ)	Pasztet zapiekany100g(GLU) Masło roślinne25g(MLE) Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Ogórek zielony 60 g Grahamka(PSZ)	Pasztet zapiekany100g(GLU) Masło roślinne25g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Ogórek zielony 60 g Kajzerka(PSZ)	Tofu 50g Ogórek kiszzony60g Rukola Chleb żytnio-pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło roślinne25g(MLE) Herbata 250 ml Kajzerka(PSZ)	Pasztet zapiekany100g(GLU) Chleb żytnio-pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Ogórek zielony 60 g Kajzerka(PSZ)	Pasztet zapiekany100g(GLU) Masło roślinne25g(MLE) Chleb żytnio-pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Ogórek zielony 50 g Kajzerka(PSZ)	Tofu 50g Ogórek zielony 60 g Rukola Chleb żytnio-pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło roślinne25g(MLE) Herbata 250 ml Kajzerka(PSZ)	Pasztet zapiekany 100g(GLU) Masło roślinne25g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Ogórek zielony 60g Kajzerka(PSZ)
	P.W	Jogurt owocowy 1 szt. (LAK)	Jogurt naturalny1 szt. (LAK)	Jogurt owocowy 1 szt. (LAK)	Jogurt owocowy 1 szt. (LAK)	Wafle ryżowe 3 szt	Jogurt owocowy 1 szt. (LAK)	Wafle ryżowe 3 szt	Jogurt owocowy 1 szt. (LAK)

Kcal 2574 kcal Białko ogółem 100,9g Tłuszcz 107,96g Węglowodany ogółem 310,47 g Sól 1,4g Cukier 26,5g Kw .Tl. Nas. 26,4g

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna	
2026-03-13 piątek	Śniadanie	Ser żółty80g(MLE) Masło roślinne25g(MLE) Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 50g	Ser żółty80g(MLE) Masło roślinne25g(MLE) Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor50g	Ser żółty 80g(MLE) Masło roślinne25g(MLE) Chleb pszenney 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 50 g	Ser żółty 80g(MLE) Masło roślinne25g(MLE) Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 50 g	Pasta warzywna 90 Chleb żytnio -pszenney 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor50 g	Ser żółty80g(MLE) Masło roślinne25g(MLE) Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 50 g	Pasta warzywna 90 g Masło roślinne25g(MLE) Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 50 g	Ser żółty80g(MLE) Masło roślinne25g(MLE) Chleb pszenney 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 50 g	
	II śniadanie						Kielbasa krakowska 50 g(GLU) Masło roślinne25(MLE) Chleb żytnio-pszenney 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml			
	obiad	Filet rybny smażony150g(RYB) Ziemniaki300g Surówka z kiszzonej kapusty120g Napój 250ml	Filet rybny gotowany z warzywami 150g(RYB) Ziemniaki300g Napój250ml	Filet rybny gotowany z warzywami150g(RYB) Ziemniaki300g Napój250ml	Filet rybny smażony150g(RYB) Ziemniaki300g Surówka z kiszzonej kapusty120g Napój250ml	Filet rybny smażony150g(RYB) Ziemniaki300g Surówka z kiszzonej kapusty120g Napój250ml	Filet rybny smażony150g(RYB) Ziemniaki300g Surówka z kiszzonej kapusty120g Napój250ml	Filet rybny smażony150g(RYB) Ziemniaki300g Surówka z kiszzonej kapusty120g Napój250ml	Kotlet sojowy150g(SOJ) Ziemniaki300g Surówka z kiszzonej kapusty120g Napój250ml	Filet rybny gotowany z warzywami150g(RYB) Ziemniaki300g Napój250g
	podwieczorek							Twarożek 80 g (MLE) Masło roślinne25g(MLE) Chleb żytnio-pszenney 80 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml		
	Kolacja	Konserwa rybna 100 g (RYB,SKO) Masło roślinne25g(MLE) Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 m	Ryba w oleju (RYB)100 Masło roślinne25g(MLE) Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Ryba w oleju(RYB) 100 Masło roślinne25g(MLE) Chleb pszenney 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Dżem 100 g Masło roślinne25g(MLE) Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Konserwa rybna 100 g (RYB,SKO) Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Konserwa rybna 100 g (RYB,SKO) Masło roślinne25g(MLE) Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Dżem 100 g Masło roślinne25g(MLE) Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Ryba w oleju (RYB)100 g Masło roślinne25g(MLE) Chleb pszenney 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	
	P:W	Grzesiek wafelek bez czekolady 1 szt	Suchary 3 szt	Suchary 3 szt	Grzesiek wafelek bez czekolady 1 szt	Grzesiek wafelek bez czekolady 1 szt	Grzesiek wafelek bez czekolady 1 szt	Grzesiek wafelek bez czekolady 1 szt	Grzesiek wafelek bez czekolady 1 szt	Suchary 3 szt

Kcal 2940 Białko ogółem 86g Tłuszcz 97,5 g Węglowodany ogółem 395,5g Sól 1,4g Kw .Tl. Nas 24,9g

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2026-03-14 sobota	Śniadanie	Konserwa mięsna 100g( <b>GLU</b> ) Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml Ogórek zielony 40 g	Konserwa mięsna 100g( <b>GLU</b> ) Chleb graham 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml Ogórek zielony 40 g	Konserwa mięsna 100g( <b>GLU</b> ) Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml Ogórek zielony 40 g	Pasta warzywna 120g Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml,Ogórek zielony 40g	Konserwa mięsna 100g( <b>GLU</b> ) Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250 ml Ogórek zielony 40 g	Konserwa mięsna 100g( <b>GLU</b> ) Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml Ogórek zielony 40g	Pasta warzywna 120 g Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml Ogórek zielony 40g	Konserwa mięsna 100g( <b>GLU</b> ) Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml Ogórek zielony 40g
	II śni						Jabłko 1 szt.		
	obiad	Fasolka po bretońsku450g( <b>SEL</b> ) Bułka 1st( <b>GLU,PSZ</b> ) Napój 250ml	Mięso gotowane 150g Surówka z białej kapusty 120g Ziemniaki 300g Napój 250ml	Mięso gotowane 150g Surówka z białej kapusty 120g Ziemniaki 300g Napój 250ml	Fasolka po bretońsku bez mięsa450g( <b>SEL</b> ) Bułka 1szt( <b>PSZ,GLU</b> ) Napój 250ml	Fasolka po bretońsku450g( <b>SEL</b> ) Bułka 1 szt( <b>GLU,PSZ</b> ) Napój 250ml	Fasolka po bretońsku450g( <b>GLU,PSZ</b> ) Bułka1 szt( <b>GLU,PSZ</b> ) Napój 250ml	Fasolka po bretońsku bez mięsa450g( <b>SEL</b> ) Bułka 1 szt ( <b>GLU,PSZ</b> ) Napój 250ml	Mięso gotowane 150g Surówka z białej kapusty 120g Ziemniaki 300g Napój 250ml
	podwieczorek						Jajko gotowane 1 szt Chleb żytnio-pszenney 80 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml		
	kolacja	Ser topiony50g( <b>MLE</b> ) Kielbasa zielonogórska50g( <b>GLU</b> ) Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Ser topiony50g( <b>MLE</b> ) Kielbasa zielonogórska50g( <b>GLU</b> ) Chleb graham 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Ser topiony50g( <b>MLE</b> ) Kielbasa zielonogórska50g( <b>GLU</b> ) Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Ser topiony100g( <b>MLE</b> ) Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Kielbasa zielonogórska100g( <b>GLU</b> ) Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250 ml	Ser topiony50g( <b>MLE</b> ) Kielbasa zielonogórska50g( <b>GLU</b> ) Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Hummus 80g Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Ser topiony50g( <b>MLE</b> ) Kielbasa zielonogórska50g( <b>GLU</b> ) Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml
	P.W	Jabłko 1 szt	Jabłko gotowane 1 szt	Jabłko gotowane 1 szt.	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko gotowane 1 szt

Kcal 2609 Białko ogółem 104g Tłuszcz 97,47g Węglowodany ogółem376,88 g Sól 1,3g Kw. Tł .Nas 27,4g

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>	<b>Dieta wegetariańska</b>	<b>Dieta bezmleczna</b>	<b>Dieta wysokokaloryczna</b>	<b>Dieta wegańska</b>	<b>Dieta lekkostrawna</b>
2026-03-15 niedziela	Śniadanie	Paszтетowa100g( <b>GLU</b> ) Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml Musztarda 20g	Paszтетowa100g( <b>GLU</b> ) Chleb graham 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml Musztarda 20g	Paszтетowa100g( <b>GLU</b> ) Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml Musztarda 20g	Powidła100g Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Powidła 100 g Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250 ml	Paszтетowa100g( <b>GLU</b> ) Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml Musztarda 20g	Powidła 100 g Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Paszтетowa100g( <b>GLU</b> ) Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml Musztarda 20g
	II śniadanie						Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Chleb żytnio-pszenney 80 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250 ml		
	obiad	Rosół z makaronem350ml( <b>GLU,SEL</b> ) <b>Udko pieczone220g(GLU)</b> Ziemniaki 300g <b>Surówka z białej kapusty150g</b>	Rosół z makaronem350ml( <b>GLU.SLE</b> ) Udko gotowane220g( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 300g Surówka z białej kapusty 150g	Rosół z makaronem350ml( <b>GLU,SEL</b> ) Udko gotowane220g( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 300g Surówka z białej kapusty 150g	Risotto warzywne 450g	Udko pieczone220g( <b>GLU</b> ) Surówka z białej kapusty150g Ziemniaki 300g Rosół z makaronem350ml( <b>GLU,SEL</b> )	Udko pieczone220g( <b>GLU</b> ) Surówka z białej kapusty150g Ziemniaki 300g Rosół z makaronem350ml <b>GLU,SEL</b> )	Risotto warzywne 450g Napój 250 ml	Rosół z makaronem350ml( <b>GLU,SEL</b> ) Udko pieczone220g( <b>GLU</b> ) Surówka z białej kapusty150g <b>Ziemniaki300g</b>
	podwieczorek						Powidła 50 g Masło roślinne 25 g( <b>MLE</b> ) Chleb żytnio-pszenney 100 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250 ml		
	kolacja	Kielbasa krakowska 100g,( <b>GLU</b> ) Ogórek kwaszony 50g Chleb żytnio -pszenney ( <b>GLU,PSZ</b> ) 150 g Masło25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Kielbasa krakowska 100g,( <b>GLU</b> ) Ogórek kwaszony 50g Chleb graham ( <b>GLU,PSZ</b> )150 g Masło 25 g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Kielbasa krakowska 100g,( <b>GLU</b> ) Ogórek kwaszony 50g Chleb pszenney ( <b>GLU,PSZ</b> ) 150 g Masło 25 g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Hummus 90 g Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne 25 g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml Ogórek kwaszony 50g	Kielbasa krakowska 150g,( <b>GLU</b> ) Ogórek kwaszony 50g Chleb żytnio-pszenney ( <b>GLU,PSZ</b> )150 g Herbata 250 ml	Kielbasa krakowska 100g( <b>GLU</b> ) Ogórek kwaszony 50g Chleb żytnio-pszenney ( <b>GLU,PSZ</b> )150 g Masło 25 g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Hummus 90 g Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml Ogórek kwaszony 50g	Kielbasa krakowska 100g,( <b>GLU</b> ) Ogórek kwaszony 50g Chleb pszenney( <b>GLU,PSZ</b> ) 150 g Masło 25 g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml
	P.W	Herbatniki 1 szt	Wafel ryżowy 3 szt	Herbatniki 1 szt	Herbatniki 1szt	Herbatniki 1 szt	Herbatniki 1 szt	Herbatniki 1 szt	Herbatniki 1 szt

**Kcal 2975 Białko ogółem 132,18 g Tłuszcz 132,25g Węglowodany ogółem 395,6 g Sól 1,3g Kw. Tl.Nas 26,3g**

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2026-03-16 poniedziałek	Śniadanie	Szynka gotowana 80g( <b>GLU</b> ) Chleb żytnio-pszenny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml Chrzan 20g	Szynka gotowana 80g( <b>GLU</b> ) Chleb graham 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml Chrzan 20g	Szynka gotowana 80g( <b>GLU</b> ) Chleb pszenny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml Chrzan20g	Dżem 100 g Chleb żytnio-pszenny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Szynka gotowana( <b>GLU</b> ) Chleb żytnio-pszenny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250 ml Chrzan 20 g	Szynka gotowana80g( <b>GLU</b> ) Chleb graham 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Dżem 100 g Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Chleb żytnio-pszenny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250 ml	Szynka gotowana80g( <b>GLU</b> ) Chleb pszenny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml
	II śniadanie						Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> ) Masło roślinne 25 g( <b>MLE</b> ) Chleb żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250 ml		
	obiad	Kluski kładzione łyżką 300g( <b>PSZ</b> ) Napój 250 ml Kapusta zasmażana 150g	Kluski kładzione łyżką 300g( <b>PSZ</b> ) Napój 250ml Kapusta gotowana 150g	Kluski kładzione łyżką 300g( <b>PSZ</b> ) Napój 250ml Kapusta gotowana 150g	Kluski kładzione łyżką 300g -bez skwarek( <b>PSZ</b> ) Napój 250ml Kapusta zasmażana b/m 150g	Kluski kładzione łyżką 300g( <b>PSZ</b> ) Napój 250ml Kapusta zasmażana 150g	Kluski kładzione łyżką 300g( <b>PSZ</b> ) Napój 250 ml Kapusta zasmażana 150g	Kluski kładzione łyżką- bez skwarek 300g( <b>PSZ</b> ) Napój 250ml Kapusta zasmażana b/m 150 g Napój 250 ml	Kluski kładzione łyżką 300g( <b>PSZ</b> ) Napój 250ml Kapusta gotowana 150g
	podwieczorek						Jogurt 1 szt( <b>MLE</b> )		
	kolacja	Salatka makaronowa ze św. ogórkiem150g Chleb żytnio-pszenny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 m	Salatka makaronowa ze św. ogórkiem150g Chleb graham 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250	Salatka makaronowa ze św. ogórkiem150g Chleb pszenny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 m	Salatka makaronowa ze św. ogórkiem- bez szynki 150 g Chleb żytnio-pszenny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 m	Salatka makaronowa ze św. ogórkiem150g Chleb żytnio-pszenny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250	Salatka makaronowa ze św. ogórkiem150g Chleb żytnio-pszenny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Salatka makaronowa- bez szynki z olejem 150g Chleb żytnio-pszenny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Salatka makaronowa ze św. ogórkiem150g Chleb pszenny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml
	P.W	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1szt	Mandarynka 1zt	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt	Mandarynka1 szt	Mandarynka1 szt	Mandarynka1 szt

Kcal 2770 Białko ogółem 73,36 g Tłuszcz 121,15g Węglowodany ogółem 358,31g Sól 1,2g Kw. Tl.Nas 23,5g

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2026-03-17 wtorek	Śniadanie	Roszonka Jajko 2 szt( <b>JAJ</b> ) Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Roszonka Jajko 2szt( <b>JAJ</b> ) Chleb graham 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Roszonka Jajko2 szt( <b>JAJ</b> ) Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Pasta warzywna 90 g Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Roszonka Jajko 2szt( <b>JAJ</b> ) Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Herbata 250 ml	Roszonka Jajko2 szt( <b>JAJ</b> ) Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Pasta warzywna 90 g Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250 ml	Roszonka Jajko2 szt( <b>JAJ</b> ) Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> ) Herbata 250
	II śniadanie						Dżem 50 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło 25 g (M <b>LE</b> ) Herbata 250 ml		
	obiad	Kotlet schabowy120g( <b>GLU</b> ) Ziemniaki300g Surówka z selera120g Napój 250ml	Kotlet schabowy120g( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 300g Surówka z selera120g Napój250ml	Kotlet schabowy120g( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 300g Surówka z selera120g Napój250ml	Kotlet sojowy120g( <b>SOJ</b> ) Ziemniaki300g Surówka z selera120g Napój250ml	Kotlet schabowy120g( <b>GLU</b> ) Ziemniaki300g Surówka z selera120g Napój250ml	Kotlet schabowy 120g( <b>GLU</b> ) Ziemniaki300g Surówka z selera120g Napój250ml	Kotlet sojowy120g( <b>GLU,PSZ</b> ) Surówka z selera120g( <b>SEL</b> ) Ziemniaki300g Kompot 250ml	Kotlet schabowy120g( <b>GLU</b> ) Surówka z selera120g( <b>SEL</b> ) Ziemniaki300g Napój250ml
	podwieczorek						Banan 1 szt.		
	kolacja	Wędlina drobiowa80g( <b>GLU</b> ) Pomidor70g Chleb żytnio- pszenney150g( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> )	Wędlina drobiowa80g( <b>GLU</b> ) Pomidor70g Chleb graham150g( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roslinne25g( <b>MLE</b> )	Wędlina drobiowa80g( <b>GLU</b> ) Pomidor70g Chleb pszenney150g( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g ( <b>MLE</b> )	Hummus pomidorowy80g Pomidor70g Chleb żytnio- pszenney( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g ( <b>MLE</b> )	Wędlina drobiowa80g( <b>GLU</b> ) Pomidor70g Chleb żytnio- pszenney150g( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> )	Wędlina drobiowa80g( <b>GLU</b> ) Pomidor70g Chleb żytnio- pszenney150g( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> )	Hummus pomidorowy80g Pomidor70g Chleb żytnio- pszenney150g( <b>GLU,PSZ</b> ) <b>Masło</b> <b>roślinne25g(MLE)</b>	Wędlina drobiowa80g( <b>GLU</b> ) Pomidor70g Chleb pszenney150g( <b>GLU,PSZ</b> ) Masło roślinne25g( <b>MLE</b> )
	P.W	Banan1 szt	Jabłko1 szt	Banan1 szt	Banan1 szt	Banan1 szt	Banan1 szt	Banan1 szt	Banan 1szt

Kcal 2450 Białko ogółem 86,5g Tłuszcz 86,9 g Węglowodany ogółem 253,12 g Sól 1,2g Kw. Tł. Nas 23,9g