01.08.2026. sobota

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku – 450g Twarożek ze szczypiorkiem 30g Chleb pszenno-żytni - 150g Masło -10g Kawa inka / herbata	Kanapka: Wędlina wieprz. – 30g Bułka- 1szt. Masło – 10g Papryka – 30g	Pieczarkowa z makaronem – 450g Pierś pieczona w sosie 100g Ryż 200g Surówka z kapusty pekińskiej 100g kompot	Herbatniki Banan	Wędlina drob. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 10g Herbata Pomidor – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Płatki owsiane na mleku – 450g Twarożek ze szczypiorkiem 30g Bułka 1szt. / chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata	Kanapka: Wędlina wieprz. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g	Zupa makaronowa – 450g Pierś gotowana w sosie 100g Ryż 200g Surówka z kapusty pekińskiej 100g Kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina drob. 30g Masło – 10g Pomidor – 30g	Bułka /Chleb razowy –1 szt./150g Wędlina drob. 30g Masło – 20g Pomidor - 30g Herbata	Kanapka: Wędlina wieprz. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: 2568,7 kcal
Białko ogółem: 108,6 g
Węglowodany ogółem: 302,4 g
Tłuszcz: 92,8 g
Sól: 6,1 g
Błonnik pokarmowy: 24,1 g
Suma cukrów prostych: 49,2 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31,5 g

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: 2389,8 kcal
Białko ogółem: 94,8 g
Węglowodany ogółem: 282,6 g
Tłuszcz: 82,6 g
Sól: 5,2 g
Błonnik pokarmowy: 19,1 g
Suma cukrów prostych: 46,8 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28,2 g

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: 2476,3 kcal
Białko ogółem: 114,8 g
Węglowodany ogółem: 258,1 g
Tłuszcz: 84,2 g
Sól: 5,6 g
Błonnik pokarmowy: 28,4 g
Suma cukrów prostych: 36,2 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27,1 g

02.08.2026. niedziela

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku – 450g Dżem - 30g Chleb pszenno-żytni - 150g Masło - 10g Jabłko – 1 szt. Kawa inka / herbata	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka- 1szt. Masło – 10g Papryka – 30g	Pomidorowa z ryżem – 450g Schab pieczony w sosie - 100g Ziemniaki - 200g Kapusta kisz. zasmażana - 100g kompot	Wafle Mandarynka	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 10g Herbata Pomidor – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Kasza manna na mleku – 450g Dżem 30g/ Ser żółty – 30g Bułka 1szt. / chleb razowy – 150g Masło – 10g Jabłko – 1 szt. Kawa inka/ herbata Rzodkiewka – 10g	Kanapka: Wędlina drob. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g	Pomidorowa z ryżem – 450g Schab gotowany w sosie - 100g Ziemniaki - 200g Kapusta kisz. zasmażana - 100g kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina wieprz.-30g Masło – 10g Pomidor – 30g	Bułka /Chleb razowy –1 szt./150g Wędlina wieprz. - 30g Masło – 20g Pomidor - 30g Herbata	Kanapka: Pasztet drob. – ¼ szt. Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: 2536,9 kcal
Białko ogółem: 104,9 g
Węglowodany ogółem: 298,8 g
Tłuszcz: 90,5 g
Sól: 5,9 g
Błonnik pokarmowy: 22,5 g
Suma cukrów prostych: 51,7 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30,8 g

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: 2352,4 kcal
Białko ogółem: 92,5 g
Węglowodany ogółem: 278,4 g
Tłuszcz: 81,4 g
Sól: 5,1 g
Błonnik pokarmowy: 18,6 g
Suma cukrów prostych: 46,4 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27,7 g

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: 2442,7 kcal
Białko ogółem: 112,9 g
Węglowodany ogółem: 253,6 g
Tłuszcz: 82,6 g
Sól: 5,5 g
Błonnik pokarmowy: 27,9 g
Suma cukrów prostych: 35,5 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26,5 g

03.08.2026. poniedziałek

Dieta podstawowa	Ryż na mleku – 450g Chleb pszenno-żytni - 150g Wędlina drob.- 30g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Ogórek zielony – 30g	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g	Zupa Burakowa 450g Makaron z serem i ze słoninką 200g Kompot	Chałka Jogurt Gratka	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Ryż na mleku – 450g Wędlina drob.- 30g Bułka 1szt. / chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Ogórek zielony – 30g	Kanapka: Chleb razowy – 100g Masło – 10g Wędlina drob. – 30g Ogórek kiszony – 30g	Zupa Burakowa 450g Makaron z serem i z masłem -200g Kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina drob. - 30g Masło – 10g Pomidor – 30g	Kanapki: Wędlina wieprz. - 30g Bułka – 1 szt./chleb razowy – 150g Masło – 20g Herbata Pomidor – 30g Sałata	Kanapka: Jogurt naturalny Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: 2489,6 kcal
Białko ogółem: 101,7 g
Węglowodany ogółem: 291,2 g
Tłuszcz: 88,3 g
Sól: 5,8 g
Błonnik pokarmowy: 21,4 g
Suma cukrów prostych: 47,6 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29,9 g

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: 2328,6 kcal
Białko ogółem: 91,4 g
Węglowodany ogółem: 274,8 g
Tłuszcz: 80,2 g
Sól: 5,0 g
Błonnik pokarmowy: 18,2 g
Suma cukrów prostych: 45,9 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27,2 g

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: 2408,9 kcal
Białko ogółem: 111,8 g
Węglowodany ogółem: 248,5 g
Tłuszcz: 81,1 g
Sól: 5,4 g
Błonnik pokarmowy: 27,3 g
Suma cukrów prostych: 34,8 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25,9 g

04.08.2026. wtorek

Dieta podstawowa	Zacierki na mleku – 450g Twarożek ze śmietaną 30g Bułka 1szt./chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Wędlina wieprz. – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Ogórek zielony – 30g	Zupa szczawiowa z ryżem – 450g Klopsik w sosie koperkowym 100g Kasza jęczmienna - 200g surówka z białej kapusty 100g Kompot	Herbatniki Sok Bobofruit	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Zacierki na mleku – 450g Twarożek ze śmietaną 30g Bułka 1szt. / chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Chleb razowy – 100g Masło – 10g Wędlina wieprz. – 30g Ogórek zielony – 30g	Zupa ryżowa – 450g Pulpet w sosie koperkowym 100g Kasza jęczmienna - 200g surówka z białej kapusty 100g Kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina drob. - 30g Masło – 10g Pomidor – 30g	Kanapki: Wędlina wieprz. - 30g Bułka – 1 szt./chleb razowy – 150g Masło – 20g Herbata Rzodkiewka - 10g	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: 2582,5 kcal
Białko ogółem: 109,4 g
Węglowodany ogółem: 305,6 g
Tłuszcz: 93,5 g
Sól: 6,2 g
Błonnik pokarmowy: 23,8 g
Suma cukrów prostych: 50,5 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31,8 g

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: 2394,2 kcal
Białko ogółem: 95,2 g
Węglowodany ogółem: 281,4 g
Tłuszcz: 83,3 g
Sól: 5,3 g
Błonnik pokarmowy: 18,9 g
Suma cukrów prostych: 46,7 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28,3 g

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: 2463,8 kcal
Białko ogółem: 113,6 g
Węglowodany ogółem: 257,2 g
Tłuszcz: 83,9 g
Sól: 5,5 g
Błonnik pokarmowy: 28,6 g
Suma cukrów prostych: 35,7 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26,8 g

05.08.2026. środa

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku – 450g Ser żółty – 30g Papryka – 30g Chleb pszenno-żytni - 150g Masło -10g Kawa inka / herbata	Kanapka: Wędlina wieprz. – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Pomidor – 30g	Pomidorowa z makaronem – 450g Karkówka duszona w sosie 100g Ziemniaki 200g Buraczki 100g Kompot	Chałka Jogurt Gratka	Wędlina drob. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony – 30g Papryka – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Płatki owsiane na mleku – 450g Ser żółty – 30g Bułka– 1szt. Masło – 10g Kawa inka/ herbata Papryka – 30g	Kanapka: Wędlina wieprz. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g	Pomidorowa z makaronem – 450g Potrawka z kurczaka 100g Ziemniaki 200g Buraczki 100g Kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina wieprz.-30g Masło – 10g Pomidor – 30g	Kanapki: Wędlina drob. - 30g Bułka – 1 szt./chleb razowy – 150g Masło – 20g Herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Ser żółty – 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: 2557,1 kcal
Białko ogółem: 107,2 g
Węglowodany ogółem: 301,8 g
Tłuszcz: 91,7 g
Sól: 6,0 g
Błonnik pokarmowy: 22,9 g
Suma cukrów prostych: 49,6 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31,2 g

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: 2376,5 kcal
Białko ogółem: 93,8 g
Węglowodany ogółem: 279,2 g
Tłuszcz: 82,4 g
Sól: 5,2 g
Błonnik pokarmowy: 18,8 g
Suma cukrów prostych: 46,1 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28,0 g

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: 2451,4 kcal
Białko ogółem: 113,2 g
Węglowodany ogółem: 254,9 g
Tłuszcz: 83,0 g
Sól: 5,5 g
Błonnik pokarmowy: 28,1 g
Suma cukrów prostych: 35,3 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26,6 g

06.08.2026. czwartek

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Makaron na mleku – 450g Pasztet drob. – ¼ szt. Chleb razowy – 150g Masło – 10g Sałata Kawa inka/ herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka - 1szt. Masło – 10g Papryka – 30g	Zupa kalafiorowa– 450g Pierś pieczona w sosie 100g Kasza jęczmienna - 200g Mizeria 100g kompot	Biszkopty Banany	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Makaron na mleku – 450g Pasztet drob. – ¼ szt. Bułka 1szt./chleb razowy – 150g Masło – 10g Sałata Kawa inka/ herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Wędlina drob. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g	Zupa ryżowa - 450g Pierś gotowana w sosie 100g Kasza jęczmienna - 200g Kalafior 100g kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina drob. - 30g Masło – 10g Pomidor – 30g	Kanapki: Wędlina wieprz. - 30g Bułka – 1 szt./chleb razowy – 150g Masło – 20g Herbata Rzodkiewka – 10g	Kanapka: Pasztet drob. 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: 2528,4 kcal
Białko ogółem: 105,3 g
Węglowodany ogółem: 296,8 g
Tłuszcz: 90,2 g
Sól: 5,9 g
Błonnik pokarmowy: 22,3 g
Suma cukrów prostych: 48,9 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30,6 g

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: 2349,7 kcal
Białko ogółem: 92,4 g
Węglowodany ogółem: 277,6 g
Tłuszcz: 81,2 g
Sól: 5,1 g
Błonnik pokarmowy: 18,5 g
Suma cukrów prostych: 45,8 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27,8 g

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: 2437,2 kcal
Białko ogółem: 112,4 g
Węglowodany ogółem: 252,7 g
Tłuszcz: 82,1 g
Sól: 5,4 g
Błonnik pokarmowy: 27,8 g
Suma cukrów prostych: 35,0 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26,2 g

07.08.2026. piątek

Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku – 450g Chleb pszenno-żytni - 150g Twarożek z rzodkiewką 30g Pomidor – 30g Masło – 10g Kawa inka/ herbata	Kanapka: Ser żółty – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g Sałata	Zupa zacierkowa - 450g Ryba smażona -100g Ziemniaki – 200g Surówka z kisz. kapusty – 100g Kompot	Chałka Mandarynka	Śledź z cebulą w oleju - 100g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Kasza manna na mleku – 450g Twarożek z rzodkiewką30g Bułka 1szt. / chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Chleb razowy – 100g Masło – 10g Ser żółty – 30g Ogórek kiszony – 30g Sałata	Zupa zacierkowa - 450g Ryba pieczona -100g Ziemniaki – 200g Surówka z kisz. kapusty – 100g Kompot	Chleb razowy – 100g Ryba w puszce - 50g Masło – 10g Pomidor – 30g Sałata	Kanapki: Pasztet drob. - 30g Bułka – 1 szt./chleb razowy – 150g Masło – 20g Herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Jogurt naturalny – 1szt Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: 2498,8 kcal
Białko ogółem: 103,8 g
Węglowodany ogółem: 294,4 g
Tłuszcz: 89,3 g
Sól: 5,8 g
Błonnik pokarmowy: 22,0 g
Suma cukrów prostych: 48,3 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30,1 g

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: 2338,9 kcal
Białko ogółem: 91,8 g
Węglowodany ogółem: 275,9 g
Tłuszcz: 80,6 g
Sól: 5,1 g
Błonnik pokarmowy: 18,4 g
Suma cukrów prostych: 45,4 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27,5 g

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: 2418,6 kcal
Białko ogółem: 111,9 g
Węglowodany ogółem: 250,8 g
Tłuszcz: 81,4 g
Sól: 5,4 g
Błonnik pokarmowy: 27,5 g
Suma cukrów prostych: 34,7 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25,9 g

08.08.2026. sobota

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku – 450g Twarożek ze szczypiorkiem 30g Chleb pszenno-żytni - 150g Masło - 10g Kawa inka / herbata	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Pomidor – 30g	Zupa ogórkowa – 450g Gulasz wieprzowy 100g Kasza gryczana 200g Surówka z białej kapusty 100g Kompot	Herbatniki Banan – 1 szt.	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Płatki owsiane na mleku – 450g Twarożek ze szczypiorkiem 30g Bułka 1szt. / chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Rzodkiewka – 10g	Kanapka: Wędlina drob. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g	Zupa makaronowa – 450g Gulasz wieprzowy 100g Kasza gryczana 200g Surówka z białej kapusty 100g Kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina wieprz. – 30g Masło – 10g Ogórek kiszony- 30g	Kanapki: Wędlina wieprz. - 30g Bułka – 1 szt./chleb razowy – 150g Masło – 20g Herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g Sałata

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: 2574,2 kcal
Białko ogółem: 108,8 g
Węglowodany ogółem: 304,6 g
Tłuszcz: 92,9 g
Sól: 6,1 g
Błonnik pokarmowy: 23,6 g
Suma cukrów prostych: 50,2 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31,6 g

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: 2388,4 kcal
Białko ogółem: 94,7 g
Węglowodany ogółem: 281,1 g
Tłuszcz: 82,8 g
Sól: 5,3 g
Błonnik pokarmowy: 19,0 g
Suma cukrów prostych: 46,5 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28,2 g

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: 2466,7 kcal
Białko ogółem: 114,0 g
Węglowodany ogółem: 257,4 g
Tłuszcz: 84,0 g
Sól: 5,6 g
Błonnik pokarmowy: 28,3 g
Suma cukrów prostych: 35,9 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26,8 g

09.08.2026. niedziela

Dieta podstawowa	Zacierki na mleku – 450g Dżem 30g Chleb pszenno-żytni - 150g Masło -10g Kawa inka / herbata Jabłko – 1 szt.	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka- 1szt. Masło – 10g Papryka – 30g	Rosół z makaronem – 450g Udko pieczone - 140g Ryż - 200g Surówka z kapusty pekińskiej 100g kompot	Wafle Mandarynka	Wędlina drob. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Zacierki na mleku – 450g Dżem 30g/ Ser żółty – 30g Bułka 1szt. / chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Rzodkiewka – 10g Jabłko – 1 szt.	Kanapka: Wędlina drob. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g	Rosół z makaronem – 450g Udko gotowane - 140g Ryż - 200g Surówka z kapusty pekińskiej 100g kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina wieprz.-30g Masło – 10g Pomidor – 30g Sałata	Kanapki: Wędlina drob - 30g Bułka – 1 szt./chleb razowy – 150g Masło – 20g Herbata Papryka – 30g	Kanapka: Pasztet drob. – ¼ szt. Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: 2543,6 kcal
Białko ogółem: 106,1 g
Węglowodany ogółem: 299,7 g
Tłuszcz: 91,1 g
Sól: 5,9 g
Błonnik pokarmowy: 22,8 g
Suma cukrów prostych: 49,5 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30,9 g

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: 2364,8 kcal
Białko ogółem: 93,0 g
Węglowodany ogółem: 278,8 g
Tłuszcz: 81,9 g
Sól: 5,2 g
Błonnik pokarmowy: 18,7 g
Suma cukrów prostych: 46,0 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27,9 g

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: 2445,5 kcal
Białko ogółem: 112,8 g
Węglowodany ogółem: 254,2 g
Tłuszcz: 82,8 g
Sól: 5,5 g
Błonnik pokarmowy: 28,0 g
Suma cukrów prostych: 35,4 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26,4 g

10.08.2026. poniedziałek

Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku – 450g Chleb pszenno-żytni - 150g Wędlina drob.- 30g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Ogórek zielony – 30g	Kanapka: Wędlina wieprz. – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Ogórek zielony – 30g	Zupa Burakowa – 450g Ryż z jabłkiem i jogurtem 200g Kompot	Chałka Jogurt Gratka – 1szt.	Wędlina drob. – 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Papryka – 30g Herbata Sałata	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Kasza manna na mleku – 450g Wędlina drob.- 30g Bułka 1szt. / chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Ogórek zielony – 30g	Kanapka: Chleb razowy – 100g Masło – 10g Wędlina wieprz. – 30g Ogórek zielony – 30g	Zupa Burakowa – 450g Ryż z jabłkiem i jogurtem 200g Kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina wieprz.-30g Masło – 10g Pomidor – 30g	Wędlina drob. - 30g Bułka 1szt./Chleb razowy - 150g Masło – 10g Papryka – 30g Herbata Sałata	Jogurt naturalny – 1szt. Chleb razowy – 100g Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: 2507,9 kcal
Białko ogółem: 104,4 g
Węglowodany ogółem: 295,2 g
Tłuszcz: 89,8 g
Sól: 5,8 g
Błonnik pokarmowy: 22,1 g
Suma cukrów prostych: 48,6 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30,3 g

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: 2341,2 kcal
Białko ogółem: 92,1 g
Węglowodany ogółem: 276,3 g
Tłuszcz: 80,9 g
Sól: 5,1 g
Błonnik pokarmowy: 18,4 g
Suma cukrów prostych: 45,6 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27,6 g

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: 2428,1 kcal
Białko ogółem: 112,2 g
Węglowodany ogółem: 251,5 g
Tłuszcz: 81,9 g
Sól: 5,4 g
Błonnik pokarmowy: 27,6 g
Suma cukrów prostych: 35,0 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26,1 g

Jadłospis może ulec zmianie