01.10.2026. czwartek

Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku – 450 Chleb pszenno-żytni - 150g Wędlina wieprz. – 30g Ogórek zielony – 30g Masło – 10g Kawa inka/ herbata	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g	Zupa kalafiorowa – 450g Pierś pieczona w sosie -100g Ryż - 200g Mizeria - 100g kompot	Herbatniki Banan	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Płatki owsiane na mleku – 450 Wędlina wieprz. – 30g Ogórek zielony – 30g Bułka 1szt. / chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata	Kanapka: Chleb razowy – 100g Masło – 10g Wędlina drob. – 30g Ogórek kiszony – 30g	Zupa makaronowa - 450g Pierś gotowana w sosie -100g Ryż - 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 Pomidor – 30g Sałata	Kanapka: Jogurt naturalny Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: **2548.6 kcal**
Białko ogółem: **104.8 g**
Węglowodany ogółem: **306.7 g**
Tłuszcz: **96.2 g**
Sól: **6.1 g**
Błonnik pokarmowy: **23.4 g**
Suma cukrów prostych: **48.7 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **31.8 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2387.4 kcal**
Białko ogółem: **94.6 g**
Węglowodany ogółem: **286.3 g**
Tłuszcz: **86.1 g**
Sól: **5.4 g**
Błonnik pokarmowy: **20.1 g**
Suma cukrów prostych: **44.2 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28.2 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2318.9 kcal**
Białko ogółem: **109.7 g**
Węglowodany ogółem: **257.8 g**
Tłuszcz: **79.6 g**
Sól: **5.5 g**
Błonnik pokarmowy: **27.1 g**
Suma cukrów prostych: **35.8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25.7 g**

02.10.2026. piątek

Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku – 450g Twarożek z rzodkiewką - 30g Bułka 1szt./chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata	Kanapka: Ser żółty – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g Sałata	Zupa burakowa – 450g Ryba smażona - 100g Ziemniaki - 200g Surówka z kiszonej kapusty - 100g Kompot	Chałka Mandarynka	Śledzie z cebulą - 100g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Kasza manna na mleku – 450g Twarożek z rzodkiewką - 30g Bułka 1szt. / chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata	Kanapka: Chleb razowy – 100g Masło – 10g Ser żółty – 30g Ogórek kiszony – 30g Sałata	Zupa burakowa – 450g Ryba pieczona - 100g Ziemniaki - 200g Surówka z kiszonej kapusty - 100g Kompot	Chleb razowy – 100g Ryba w puszce – ½ szt. Masło – 10g Pomidor – 30g	Kanapki: Pasztet drob. – ¼ szt. / Śledzie z cebulą - 100g Bułka – 1 szt./chleb razowy – 150g Masło – 20g Herbata Rzodkiewka - 10g	Kanapka: Ser topiony – 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: **2486.3 kcal**
Białko ogółem: **102.7 g**
Węglowodany ogółem: **298.4 g**
Tłuszcz: **91.8 g**
Sól: **6.4 g**
Błonnik pokarmowy: **25.8 g**
Suma cukrów prostych: **47.5 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **30.6 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2342.7 kcal**
Białko ogółem: **92.1 g**
Węglowodany ogółem: **279.8 g**
Tłuszcz: **83.7 g**
Sól: **5.7 g**
Błonnik pokarmowy: **21.9 g**
Suma cukrów prostych: **43.6 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **27.5 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2296.8 kcal**
Białko ogółem: **108.5 g**
Węglowodany ogółem: **247.6 g**
Tłuszcz: **78.4 g**
Sól: **5.8 g**
Błonnik pokarmowy: **29.2 g**
Suma cukrów prostych: **34.1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **24.9 g**

03.10.2026. sobota

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Zacierki na mleku – 450g Twarożek ze szczypiorkiem 30g Bułka 1szt./chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Pomidor – 30g	Zupa pieczarkowa z makaronem– 450g Gulasz wieprzowy 100g Kasza gryczana 200g Surówka z pekińskiej kapusty 100g kompot	Biszkopty Banany	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony – 30g Papryka – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Zacierki na mleku – 450g Twarożek ze szczypiorkiem 30g Bułka 1szt. / chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata	Kanapka: Wędlina drob. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g	Zupa makaronowa – 450g Gulasz wieprzowy 100g Kasza gryczana 200g Surówka z pekińskiej kapusty 100g Kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina wieprz.-30g Masło – 10g Pomidor – 30g	Kanapki: Wędlina wieprz. - 50g 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: **2572.1 kcal**
Białko ogółem: **108.6 g**
Węglowodany ogółem: **310.5 g**
Tłuszcz: **94.7 g**
Sól: **6.2 g**
Błonnik pokarmowy: **24.7 g**
Suma cukrów prostych: **51.3 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **32.4 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2416.8 kcal**
Białko ogółem: **96.8 g**
Węglowodany ogółem: **291.4 g**
Tłuszcz: **87.5 g**
Sól: **5.5 g**
Błonnik pokarmowy: **20.8 g**
Suma cukrów prostych: **46.7 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28.9 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2348.5 kcal**
Białko ogółem: **113.2 g**
Węglowodany ogółem: **251.7 g**
Tłuszcz: **80.3 g**
Sól: **5.6 g**
Błonnik pokarmowy: **28.6 g**
Suma cukrów prostych: **36.4 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25.3 g**

04.10.2026. niedziela

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 pszenno-żytni - 150g Masło - 10g Kawa inka / herbata Papryka – 30g	Kanapka: Wędlina wieprz. – 30g Bułka- 1szt. Masło – 10g Papryka – 30g	Zupa pomidorowa z ryżem– 450g Schab pieczony w sosie 100g Ziemniaki 200g Buraczki 100g Kompot	Wafle Mandarynka	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 Kawa inka/ herbata Papryka – 30g	Kanapka: Wędlina wieprz. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g	Zupa pomidorowa z ryżem– 450g Schab gotowany w sosie 100g Ziemniaki 200g Buraczki 100g Kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina wieprz. 30g Masło – 10g Pomidor – 30g	Kanapki: Wędlina wieprz. - 50g 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: **2519.7 kcal**
Białko ogółem: **106.1 g**
Węglowodany ogółem: **302.8 g**
Tłuszcz: **93.6 g**
Sól: **6.0 g**
Błonnik pokarmowy: **23.1 g**
Suma cukrów prostych: **49.8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **31.1 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2371.6 kcal**
Białko ogółem: **94.3 g**
Węglowodany ogółem: **284.5 g**
Tłuszcz: **85.2 g**
Sól: **5.3 g**
Błonnik pokarmowy: **19.7 g**
Suma cukrów prostych: **45.1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28.1 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2327.4 kcal**
Białko ogółem: **111.8 g**
Węglowodany ogółem: **245.9 g**
Tłuszcz: **81.2 g**
Sól: **5.4 g**
Błonnik pokarmowy: **27.8 g**
Suma cukrów prostych: **34.9 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **26.1 g**

05.10.2026. poniedziałek

Dieta podstawowa	Ryż na mleku – 450g Chleb pszenno-żytni - 150g Wędlina drob. – 30g Pomidor – 30g Masło – 10g Kawa inka/ herbata	Kanapka: Wędlina wieprz. - 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g Sałata	Kapuśniak z kisz. kapusty - 450g Makaron z serem i ze słoniną – 200g Kompot	Chałka Jogurt Gratka	Wędlina drob. - 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 Pomidor – 30g	Kanapka: Chleb razowy – 100g Masło – 10g Wędlina wieprz. - 30g Ogórek kiszony – 30g Sałata	Kapuśniak z kisz. kapusty - 450g Makaron z serem i z masłem – 200g Kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina drob. - 30g Masło – 10g Pomidor – 30g Sałata	Kanapki: Wędlina 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: **2468.4 kcal**
Białko ogółem: **101.9 g**
Węglowodany ogółem: **297.6 g**
Tłuszcz: **90.7 g**
Sól: **6.3 g**
Błonnik pokarmowy: **26.4 g**
Suma cukrów prostych: **46.3 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **30.2 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2336.2 kcal**
Białko ogółem: **91.7 g**
Węglowodany ogółem: **280.6 g**
Tłuszcz: **82.8 g**
Sól: **5.6 g**
Błonnik pokarmowy: **22.5 g**
Suma cukrów prostych: **42.8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **27.3 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2308.6 kcal**
Białko ogółem: **107.4 g**
Węglowodany ogółem: **249.8 g**
Tłuszcz: **79.1 g**
Sól: **5.7 g**
Błonnik pokarmowy: **30.1 g**
Suma cukrów prostych: **33.7 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **24.8 g**

06.10.2026. wtorek

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku – 450g Twarożek ze śmietana 30g Papryka 30g Chleb pszenno-żytni - 150g Masło - 10g Kawa inka / herbata	Kanapka: Wędlina wieprz. – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Pomidor – 30g	Zupa ogórkowa – 450g Karkówka duszona 100g Ziemniaki 200g Buraczki 100g Kompot	Herbatniki Sok Bobofrut – 1szt	Wędlina drob. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Kasza manna na mleku – 450g Twarożek ze śmietana 30g Bułka 1szt. / chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Rzodkiewka – 10g	Kanapka: Wędlina wieprz. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g	Zupa ogórkowa – 450g Potrawka z kurczaka 100g Ziemniaki 200g Buraczki 100g Kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina drob. – 30g Masło – 10g Ogórek kiszony- 30g	Kanapki: Wędlina drob. - 30g Bułka – 1 szt./chleb razowy – 150g Masło – 20g Herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Wędlina wieprz. – 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g Sałata

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: **2536.8 kcal**
Białko ogółem: **105.7 g**
Węglowodany ogółem: **305.9 g**
Tłuszcz: **94.1 g**
Sól: **6.2 g**
Błonnik pokarmowy: **24.3 g**
Suma cukrów prostych: **48.1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **31.5 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2392.5 kcal**
Białko ogółem: **95.1 g**
Węglowodany ogółem: **288.7 g**
Tłuszcz: **85.9 g**
Sól: **5.5 g**
Błonnik pokarmowy: **20.5 g**
Suma cukrów prostych: **44.7 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28.4 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2339.7 kcal**
Białko ogółem: **112.6 g**
Węglowodany ogółem: **252.4 g**
Tłuszcz: **80.7 g**
Sól: **5.5 g**
Błonnik pokarmowy: **28.3 g**
Suma cukrów prostych: **35.1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25.6 g**

07.10.2026. środa

Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku – 450g Ser żółty – 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka- 1szt. Masło – 10g Papryka – 30g	Zupa grochowa – 450g Klopsik w sosie pomidorowym 100g Kasza jęczmienna – 200g Surówka z białej kapusty – 100g Kompot	Chałka Jogurt Gratka	Wędlina drob. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Płatki owsiane na mleku – 450g Ser żółty – 30g Bułka – 1szt. Masło – 10g Kawa inka/ herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Wędlina drob. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g	Zupa z lanym ciastem – 450g Pulpet w sosie pomidorowym 100g Kasza jęczmienna – 200g Surówka z białej kapusty – 100g Kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina drob. 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: **2591.4 kcal**
Białko ogółem: **109.3 g**
Węglowodany ogółem: **314.2 g**
Tłuszcz: **95.8 g**
Sól: **6.4 g**
Błonnik pokarmowy: **25.6 g**
Suma cukrów prostych: **50.6 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **32.7 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2428.9 kcal**
Białko ogółem: **97.4 g**
Węglowodany ogółem: **292.8 g**
Tłuszcz: **88.2 g**
Sól: **5.7 g**
Błonnik pokarmowy: **21.7 g**
Suma cukrów prostych: **46.1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **29.1 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2356.2 kcal**
Białko ogółem: **114.1 g**
Węglowodany ogółem: **255.3 g**
Tłuszcz: **81.5 g**
Sól: **5.8 g**
Błonnik pokarmowy: **29.4 g**
Suma cukrów prostych: **36.2 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25.9 g**

08.10.2026. czwartek

Dieta podstawowa	Zacierki na mleku – 450g Dżem – 30g Chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Jabłko – 1 szt.	Kanapka: Wędlina wieprz. – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Ogórek zielony – 30g	Zupa kalafiorowa – 450g Pierś pieczona w sosie 100g Ryż – 200g Mizeria ze śmietaną – 100g Kompot	Biszkopty Banan	Wędlina drob. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Papryka – 30g Herbata Sałata	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Zacierki na mleku – 450g Dżem – 30g/ Ser żółty – 30g Bułka 1szt./chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Pomidor – 30g Jabłko – 1szt.	Kanapka: Chleb razowy – 100g Masło – 10g Wędlina wieprz. – 30g Ogórek zielony – 30g	Zupa płatkowa – 450g Pierś gotowana w sosie 100g Ryż – 200g Kalafior – 100g Kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina drob. - 30g Masło – 10g Pomidor – 30g	Kanapki: Wędlina drob. - 30g Bułka 1szt./Chleb razowy - 150g Masło – 10g Papryka – 30g Herbata Sałata	Kanapka: Ser żółty – 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: **2447.9 kcal**
Białko ogółem: **100.8 g**
Węglowodany ogółem: **294.5 g**
Tłuszcz: **89.6 g**
Sól: **6.0 g**
Błonnik pokarmowy: **25.1 g**
Suma cukrów prostych: **45.8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **29.7 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2329.8 kcal**
Białko ogółem: **91.4 g**
Węglowodany ogółem: **278.7 g**
Tłuszcz: **82.1 g**
Sól: **5.3 g**
Błonnik pokarmowy: **21.4 g**
Suma cukrów prostych: **42.5 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **26.8 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2314.5 kcal**
Białko ogółem: **108.9 g**
Węglowodany ogółem: **246.8 g**
Tłuszcz: **79.3 g**
Sól: **5.5 g**
Błonnik pokarmowy: **29.7 g**
Suma cukrów prostych: **33.9 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **24.6 g**

09.10.2026. piątek

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Makaron na mleku – 450g Twarożek ze szczypiorkiem - 30g Chleb pszenno-żytni - 150g Masło - 10g Kawa inka / herbata	Kanapka: Ser żółty – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Pomidor – 30g	Zupa burakowa – 450g Ryż z jabłkiem i jogurtem – 200g Kompot	Chałka Mandarynka	Pasta z jaja – 50g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Pomidor	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Makaron na mleku – 450g Twarożek ze szczypiorkiem - 30g Bułka 1szt./chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Rzodkiewka – 10g	Kanapka: Ser żółty - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g	Zupa burakowa – 450g Ryż z jabłkiem i jogurtem – 200g Kompot	Chleb razowy – 100g Ryba w puszce – ½ szt. Masło – 10g Ogórek kiszony- 30g	Pasztet drob. ¼ szt. /Pasta z jaja - 50g Bułka – 1 szt./chleb razowy – 150g Masło – 20g Herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Jogurt naturalny – 1szt Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: **2498.7 kcal**
Białko ogółem: **103.6 g**
Węglowodany ogółem: **301.7 g**
Tłuszcz: **91.4 g**
Sól: **6.1 g**
Błonnik pokarmowy: **24.8 g**
Suma cukrów prostych: **49.2 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **30.9 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2358.6 kcal**
Białko ogółem: **93.5 g**
Węglowodany ogółem: **285.1 g**
Tłuszcz: **84.3 g**
Sól: **5.4 g**
Błonnik pokarmowy: **20.9 g**
Suma cukrów prostych: **44.8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **27.9 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2321.7 kcal**
Białko ogółem: **110.8 g**
Węglowodany ogółem: **250.6 g**
Tłuszcz: **78.9 g**
Sól: **5.6 g**
Błonnik pokarmowy: **28.8 g**
Suma cukrów prostych: **34.6 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25.1 g**

10.10.2026. sobota

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku – 450g Twarożek z rzodkiewką - 30g Chleb pszenno-żytni - 150g Masło - 10g Kawa inka / herbata	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Pomidor – 30g	Rosół z makaronem – 450g Udko pieczone - 140g Ryż – 200g Surówka z kapusty pekińskiej-100g Kompot	Herbatniki Mandarynka	Wędlina wieprz. – 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Pomidor – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Kasza manna na mleku – 450g Twarożek z rzodkiewką - 30g Bułka 1szt./chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata	Kanapka: Wędlina drob. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g	Rosół z makaronem – 450g Udko gotowane - 140g Ryż – 200g Surówka z kapusty pekińskiej-100g Kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina wieprz. – 30g Masło – 10g Ogórek kiszony- 30g	Wędlina wieprz. – 30g Bułka – 1 szt./chleb razowy – 150g Masło – 20g Herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Wędlina drob. – 1szt Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: **2563.5 kcal**
Białko ogółem: **107.4 g**
Węglowodany ogółem: **309.8 g**
Tłuszcz: **94.9 g**
Sól: **6.3 g**
Błonnik pokarmowy: **23.9 g**
Suma cukrów prostych: **50.2 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **31.7 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2405.3 kcal**
Białko ogółem: **95.8 g**
Węglowodany ogółem: **289.6 g**
Tłuszcz: **86.9 g**
Sól: **5.6 g**
Błonnik pokarmowy: **20.4 g**
Suma cukrów prostych: **45.6 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28.6 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2342.8 kcal**
Białko ogółem: **113.5 g**
Węglowodany ogółem: **253.1 g**
Tłuszcz: **80.1 g**
Sól: **5.7 g**
Błonnik pokarmowy: **27.6 g**
Suma cukrów prostych: **35.4 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25.4 g**

Jadłospis może ulec zmianie

SPZOZ 07-100 Węgrów, ul. Kościuszki 201 KUCHNIA SZPITALNA