11.08.2026. wtorek

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Ryż na mleku – 450g Twarożek z rzodkiewką 30g Chleb pszenno-żytni - 150g Masło -10g Kawa inka / herbata	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka - 1szt. Masło – 10g Papryka – 30g	Pieczarkowa z makaronem – 450g Klopsik w sos. pomidorowym 100g Kasza jęczmienna – 200g Surówka z czerwonej kapusty 100g Kompot	Herbatniki Sok Bobofruit	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 10g Herbata Pomidor – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Ryż 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 Papryka – 30g	Zupa makaronowa – 450g Pulpet w sosie pomidorowym 100g Kasza jęczmienna – 200g Surówka z czerwonej kapusty 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: **2528.4 kcal**
Białko ogółem: **104.8 g**
Węglowodany ogółem: **314.6 g**
Tłuszcz: **91.7 g**
Sól: **6.1 g**
Błonnik pokarmowy: **22.4 g**
Suma cukrów prostych: **48.7 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **30.8 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2394.7 kcal**
Białko ogółem: **94.1 g**
Węglowodany ogółem: **294.8 g**
Tłuszcz: **84.2 g**
Sól: **5.4 g**
Błonnik pokarmowy: **19.5 g**
Suma cukrów prostych: **46.3 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28.1 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2358.6 kcal**
Białko ogółem: **109.7 g**
Węglowodany ogółem: **263.4 g**
Tłuszcz: **79.8 g**
Sól: **5.6 g**
Błonnik pokarmowy: **26.8 g**
Suma cukrów prostych: **36.4 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **26.2 g**

12.08.2026. środa

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku – 450g Twarożek ze szczypiorkiem 30g papryka 30g Chleb pszenno-żytni - 150g Masło -10g Kawa inka / herbata	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka - 1szt. Masło – 10g Papryka – 30g	Zupa krupnik jęczmienny – 450g Schab pieczony w sosie - 100g Ziemniaki - 200g Kapusta młoda zasmażana - 100g kompot	Chałka Jogurt Gratka	Wędlina wieprz. - 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 papryka 30g	Kanapka: Wędlina drob. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g	Zupa krupnik jęczmienny – 450g Schab gotowany w sosie - 100g Ziemniaki - 200g Kapusta młoda 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: Wędlina drob. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: **2581.6 kcal**
Białko ogółem: **108.3 g**
Węglowodany ogółem: **321.7 g**
Tłuszcz: **92.6 g**
Sól: **6.2 g**
Błonnik pokarmowy: **23.1 g**
Suma cukrów prostych: **51.8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **31.6 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2418.3 kcal**
Białko ogółem: **96.4 g**
Węglowodany ogółem: **299.7 g**
Tłuszcz: **84.7 g**
Sól: **5.5 g**
Błonnik pokarmowy: **20.1 g**
Suma cukrów prostych: **48.9 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28.7 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2387.2 kcal**
Białko ogółem: **112.6 g**
Węglowodany ogółem: **270.1 g**
Tłuszcz: **79.4 g**
Sól: **5.7 g**
Błonnik pokarmowy: **27.9 g**
Suma cukrów prostych: **37.1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **26.8 g**

13.08.2026. czwartek

Dieta podstawowa	Makaron na mleku – 450 Chleb pszenno-żytni - 150g Wędlina drob. – 30g Ogórek zielony – 30g Masło – 10g Kawa inka/ herbata	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g	Zupa kalafiorowa– 450g Karkówka duszona 100g Ziemniaki 200g Sałata ze śmietaną - 100g Kompot	Herbatniki Banan	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Makaron na mleku – 450 Wędlina drob. – 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 z lanym ciastem – 450g Potrawka z kurczaka 100g Ziemniaki 200g Kalafior 100g Kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina drob. 30g Masło – 10g Pomidor – 30g	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: **2462.8 kcal**
Białko ogółem: **102.6 g**
Węglowodany ogółem: **300.8 g**
Tłuszcz: **91.4 g**
Sól: **5.9 g**
Błonnik pokarmowy: **21.7 g**
Suma cukrów prostych: **47.6 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **31.2 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2347.5 kcal**
Białko ogółem: **91.8 g**
Węglowodany ogółem: **285.6 g**
Tłuszcz: **83.1 g**
Sól: **5.2 g**
Błonnik pokarmowy: **18.9 g**
Suma cukrów prostych: **44.8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28.3 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2318.9 kcal**
Białko ogółem: **110.8 g**
Węglowodany ogółem: **250.6 g**
Tłuszcz: **78.3 g**
Sól: **5.4 g**
Błonnik pokarmowy: **26.1 g**
Suma cukrów prostych: **34.8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25.9 g**

14.08.2026. piątek

Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku – 450g Twarożek ze śmietaną 30g Chleb pszenno-żytni - 150g Masło - 10g Kawa inka / herbata Jabłko – 1szt.	Kanapka: Ser żółty – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g Sałata	Zupa fasolowa – 450g Łazanki z kapustą i ze słoninką – 200g Kompot	Chałka Mandarynka	Ser żółty – 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Kasza manna na mleku – 450g Twarożek ze śmietaną 30g Bułka 1szt./chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Jabłko – 1szt.	Kanapka: Chleb razowy – 100g Masło – 10g Ser żółty – 30g Ogórek kiszony – 30g Sałata	Zupa jarzynowa – 450g Łazanki z kapustą – 200g Kompot	Chleb razowy – 100g Ryba w puszce – ½ szt. Masło – 10g Pomidor – 30g	Kanapki: Pasztet drob. – ¼ szt. 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: **2556.9 kcal**
Białko ogółem: **101.4 g**
Węglowodany ogółem: **319.5 g**
Tłuszcz: **92.8 g**
Sól: **6.0 g**
Błonnik pokarmowy: **23.8 g**
Suma cukrów prostych: **53.6 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **32.4 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2391.8 kcal**
Białko ogółem: **90.7 g**
Węglowodany ogółem: **298.3 g**
Tłuszcz: **83.6 g**
Sól: **5.3 g**
Błonnik pokarmowy: **20.0 g**
Suma cukrów prostych: **49.7 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **29.1 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2341.7 kcal**
Białko ogółem: **108.9 g**
Węglowodany ogółem: **257.2 g**
Tłuszcz: **79.1 g**
Sól: **5.5 g**
Błonnik pokarmowy: **27.4 g**
Suma cukrów prostych: **36.2 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **27.0 g**

15.08.2026. sobota

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Zacierki na mleku – 450g Pasztet drob. – ¼ szt. Bułka 1szt./chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Papryka – 30g	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Pomidor – 30g	Rosół z makaronem – 450g Udko pieczone 140g Ryż 200g Surówka z pekińskiej kapusty 100g kompot	Wafle Banany	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony – 30g Papryka – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Zacierki na mleku – 450g Pasztet drob. – ¼ szt. Bułka 1szt. / chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Papryka – 30g	Kanapka: Wędlina drob. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g	Rosół z makaronem – 450g Udko gotowane 140g Ryż 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: **2574.2 kcal**
Białko ogółem: **105.7 g**
Węglowodany ogółem: **320.4 g**
Tłuszcz: **93.1 g**
Sól: **6.1 g**
Błonnik pokarmowy: **22.9 g**
Suma cukrów prostych: **51.2 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **31.5 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2426.6 kcal**
Białko ogółem: **95.2 g**
Węglowodany ogółem: **301.4 g**
Tłuszcz: **84.9 g**
Sól: **5.4 g**
Błonnik pokarmowy: **19.6 g**
Suma cukrów prostych: **47.8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28.8 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2396.4 kcal**
Białko ogółem: **113.8 g**
Węglowodany ogółem: **268.9 g**
Tłuszcz: **80.2 g**
Sól: **5.6 g**
Błonnik pokarmowy: **28.1 g**
Suma cukrów prostych: **37.5 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **26.5 g**

16.08.2026. niedziela

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Ryż na mleku – 450g Twarożek z rzodkiewką – 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Wędlina wieprz. – 30g Bułka- 1szt. Masło – 10g Papryka – 30g	Pomidorowa z ryżem– 450g Pierś z kurczaka pieczona 100g Ziemniaki 200g Buraczki 100g kompot	Herbatniki Mandarynka	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Ryż na mleku – 450g Twarożek z rzodkiewką – 30g Bułka – 1szt. Masło – 10g Kawa inka/ herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Wędlina wieprz. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g	Pomidorowa z ryżem – 450g Pierś z kurczaka gotowana100g 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: **2498.7 kcal**
Białko ogółem: **107.2 g**
Węglowodany ogółem: **306.2 g**
Tłuszcz: **89.8 g**
Sól: **5.9 g**
Błonnik pokarmowy: **22.1 g**
Suma cukrów prostych: **49.3 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **30.2 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2368.4 kcal**
Białko ogółem: **94.6 g**
Węglowodany ogółem: **290.8 g**
Tłuszcz: **82.7 g**
Sól: **5.2 g**
Błonnik pokarmowy: **19.1 g**
Suma cukrów prostych: **45.9 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **27.9 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2329.6 kcal**
Białko ogółem: **111.9 g**
Węglowodany ogółem: **248.7 g**
Tłuszcz: **78.6 g**
Sól: **5.4 g**
Błonnik pokarmowy: **26.9 g**
Suma cukrów prostych: **34.9 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25.7 g**

17.08.2026. poniedziałek

Dieta podstawowa	Płatki owsiane 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	Zupa burakowa - 450g Makaron z serem i ze słoninką - 200g Kompot	Chałka Jogurt Gratka	Wędlina drob. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Płatki owsiane 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	Zupa burakowa - 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: **2541.3 kcal**
Białko ogółem: **103.5 g**
Węglowodany ogółem: **315.8 g**
Tłuszcz: **91.5 g**
Sól: **6.0 g**
Błonnik pokarmowy: **22.7 g**
Suma cukrów prostych: **50.6 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **31.0 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2402.1 kcal**
Białko ogółem: **93.7 g**
Węglowodany ogółem: **296.5 g**
Tłuszcz: **84.0 g**
Sól: **5.3 g**
Błonnik pokarmowy: **19.7 g**
Suma cukrów prostych: **47.1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28.5 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2374.8 kcal**
Białko ogółem: **112.4 g**
Węglowodany ogółem: **263.1 g**
Tłuszcz: **79.5 g**
Sól: **5.5 g**
Błonnik pokarmowy: **27.5 g**
Suma cukrów prostych: **35.8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **26.1 g**

18.08.2026. wtorek

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Zacierki na mleku – 450g Twarożek ze śmietaną 30g papryka 30g Chleb pszenno-żytni - 150g Masło - 10g Kawa inka / herbata	Kanapka: Wędlina wieprz. – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Pomidor – 30g	Zupa neapolitańska– 450g Schab pieczony w sosie - 100g Kasza jęczmienna - 200g Surówka z białej kapusty 100g kompot	Biszkopty Sok Bobofrut – 1szt	Wędlina drob. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Zacierki na mleku – 450g Twarożek ze śmietaną 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 makaronowa – 450g Schab gotowany w sosie - 100g Kasza jęczmienna - 200g Surówka z białej kapusty 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: **2476.5 kcal**
Białko ogółem: **101.8 g**
Węglowodany ogółem: **306.7 g**
Tłuszcz: **89.6 g**
Sól: **5.8 g**
Błonnik pokarmowy: **22.3 g**
Suma cukrów prostych: **47.9 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **30.4 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2349.2 kcal**
Białko ogółem: **92.5 g**
Węglowodany ogółem: **288.7 g**
Tłuszcz: **82.1 g**
Sól: **5.1 g**
Błonnik pokarmowy: **19.3 g**
Suma cukrów prostych: **45.2 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **27.7 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2308.7 kcal**
Białko ogółem: **110.3 g**
Węglowodany ogółem: **246.8 g**
Tłuszcz: **77.9 g**
Sól: **5.4 g**
Błonnik pokarmowy: **26.4 g**
Suma cukrów prostych: **34.2 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25.4 g**

19.08.2026. środa						
Dieta podstawowa	Makaron 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 ogórkowa – 450g Karkówka duszona 100g Ziemniaki 200g Buraczki 100g Kompot	Chałka Jogurt Gratka	Wędlina drob. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Makaron 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 zacierkowa – 450g Potrawka z kurczaka 100g Ziemniaki 200g Buraczki 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: **2517.9 kcal**
Białko ogółem: **106.1 g**
Węglowodany ogółem: **308.9 g**
Tłuszcz: **91.2 g**
Sól: **6.0 g**
Błonnik pokarmowy: **22.6 g**
Suma cukrów prostych: **49.8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **31.1 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2381.6 kcal**
Białko ogółem: **95.1 g**
Węglowodany ogółem: **291.7 g**
Tłuszcz: **83.5 g**
Sól: **5.3 g**
Błonnik pokarmowy: **19.4 g**
Suma cukrów prostych: **46.5 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28.4 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2346.9 kcal**
Białko ogółem: **113.1 g**
Węglowodany ogółem: **253.9 g**
Tłuszcz: **79.2 g**
Sól: **5.5 g**
Błonnik pokarmowy: **27.2 g**
Suma cukrów prostych: **35.1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **26.0 g**

20.08.2026. czwartek						
Dieta podstawowa	Ryż na mleku – 450g Pasztet drob. – ¼ szt. Chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Ogórek zielony – 30g	Kanapka: Wędlina wieprz. – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Ogórek zielony – 30g	Zupa kalafiorowa – 450g Kotlet z piersi kurczaka - 100g Ziemniaki – 200g Mizeria ze śmietaną – 100g Kompot	Wafle Banan	Wędlina drob. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Papryka – 30g Herbata Sałata	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Ryż na mleku – 450g Pasztet drob. – ¼ szt. 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 płatkowa – 450g Pierś w sosie - 100g Ziemniaki – 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: **2563.8 kcal**
Białko ogółem: **109.4 g**
Węglowodany ogółem: **313.7 g**
Tłuszcz: **93.4 g**
Sól: **6.2 g**
Błonnik pokarmowy: **23.0 g**
Suma cukrów prostych: **50.9 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **32.2 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2411.7 kcal**
Białko ogółem: **97.2 g**
Węglowodany ogółem: **297.9 g**
Tłuszcz: **84.6 g**
Sól: **5.4 g**
Błonnik pokarmowy: **19.8 g**
Suma cukrów prostych: **47.3 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **29.0 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2362.5 kcal**
Białko ogółem: **114.2 g**
Węglowodany ogółem: **260.8 g**
Tłuszcz: **78.7 g**
Sól: **5.6 g**
Błonnik pokarmowy: **28.0 g**
Suma cukrów prostych: **35.7 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25.8 g**

Jadłospis może ulec zmianie