21.09.2026. 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 jarzynowa - 450g Ryż z jabłkiem i jogurtem - 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 jarzynowa - 450g Ryż z jabłkiem i jogurtem - 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: **2528.4 kcal**
Białko ogółem: **104.7 g**
Węglowodany ogółem: **304.6 g**
Tłuszcz: **94.8 g**
Sól: **5.9 g**
Błonnik pokarmowy: **22.1 g**
Suma cukrów prostych: **49.2 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **31.7 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2386.7 kcal**
Białko ogółem: **94.5 g**
Węglowodany ogółem: **282.9 g**
Tłuszcz: **85.6 g**
Sól: **5.2 g**
Błonnik pokarmowy: **19.4 g**
Suma cukrów prostych: **45.8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28.5 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2318.5 kcal**
Białko ogółem: **110.8 g**
Węglowodany ogółem: **250.7 g**
Tłuszcz: **79.2 g**
Sól: **5.4 g**
Błonnik pokarmowy: **25.8 g**
Suma cukrów prostych: **36.7 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25.9 g**

22.09.2026. 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 Pierś z kurczaka w sosie - 100g Ziemniaki – 200g Surówka z buraczka - 100g Kompot	Herbatniki Jogurt Gratka	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 10g 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 Papryka – 30g	Zupa makaronowa – 450g Pierś z kurczaka w sosie - 100g Ziemniaki – 200g Surówka z buraczka - 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. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: **2476.9 kcal**
Białko ogółem: **108.2 g**
Węglowodany ogółem: **294.8 g**
Tłuszcz: **92.1 g**
Sól: **5.8 g**
Błonnik pokarmowy: **21.6 g**
Suma cukrów prostych: **47.5 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **30.8 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2342.8 kcal**
Białko ogółem: **96.1 g**
Węglowodany ogółem: **275.6 g**
Tłuszcz: **83.7 g**
Sól: **5.1 g**
Błonnik pokarmowy: **18.9 g**
Suma cukrów prostych: **43.6 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **27.9 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2287.4 kcal**
Białko ogółem: **112.6 g**
Węglowodany ogółem: **244.3 g**
Tłuszcz: **77.8 g**
Sól: **5.3 g**
Błonnik pokarmowy: **26.2 g**
Suma cukrów prostych: **34.8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25.1 g**

23.09.2026. środa

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 papryka 30g Chleb pszenno-żytni - 150g Masło -10g Kawa inka / herbata	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka - 1szt. Masło – 10g Papryka – 30g	Rosół z makaronem – 450g Udko pieczone 140g Ryż 200g Surówka z pekińskiej kapusty 100g kompot	Chałka Banany	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 10g Herbata Pomidor – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Zacierki 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	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	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: **2584.6 kcal**
Białko ogółem: **106.9 g**
Węglowodany ogółem: **311.7 g**
Tłuszcz: **95.3 g**
Sól: **6.1 g**
Błonnik pokarmowy: **22.8 g**
Suma cukrów prostych: **53.4 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **32.4 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2421.3 kcal**
Białko ogółem: **95.8 g**
Węglowodany ogółem: **287.6 g**
Tłuszcz: **86.1 g**
Sól: **5.4 g**
Błonnik pokarmowy: **19.7 g**
Suma cukrów prostych: **49.8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **29.1 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2354.2 kcal**
Białko ogółem: **114.1 g**
Węglowodany ogółem: **253.8 g**
Tłuszcz: **80.4 g**
Sól: **5.6 g**
Błonnik pokarmowy: **27.1 g**
Suma cukrów prostych: **38.2 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **26.2 g**

24.09.2026. czwartek

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Makaron na mleku – 450 Chleb pszenno-żytni - 150g Ser żółty – 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 Mizeria ze śmietaną - 100g Kompot	Herbatniki Mandarynka	Wędlina wieprz. 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Makaron na mleku – 450 Ser żółty – 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: Ser topiony – 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: **2492.7 kcal**
Białko ogółem: **103.8 g**
Węglowodany ogółem: **298.2 g**
Tłuszcz: **93.6 g**
Sól: **5.7 g**
Błonnik pokarmowy: **21.4 g**
Suma cukrów prostych: **48.1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **31.2 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2368.5 kcal**
Białko ogółem: **92.7 g**
Węglowodany ogółem: **280.4 g**
Tłuszcz: **84.2 g**
Sól: **5.2 g**
Błonnik pokarmowy: **19.1 g**
Suma cukrów prostych: **45.2 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28.4 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2306.9 kcal**
Białko ogółem: **111.7 g**
Węglowodany ogółem: **246.1 g**
Tłuszcz: **78.6 g**
Sól: **5.4 g**
Błonnik pokarmowy: **26.8 g**
Suma cukrów prostych: **35.6 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25.7 g**

25.09.2026. piątek

Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku – 450g Miód – 1 szt. Chleb pszenno-żytni - 150g Masło - 10g Kawa inka / herbata Jabłko – 1szt.	Kanapka: Ser żółty – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g Sałata	Zupa krupnik ryżowy – 450g Makaron z serem i ze słoninką - 200g Kompot	Chałka Banan	Ser żółty – 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Płatki owsiane na mleku – 450g Miód 30g/ Ser żółty – 30g Bułka 1szt./chleb razowy – 150g Masło – 10g Papryka – 30g Kawa inka/ herbata Jabłko – 1szt.	Kanapka: Chleb razowy – 100g Masło – 10g Ser żółty – 30g Ogórek kiszony – 30g Sałata	Zupa krupnik ryżowy – 450g Makaron z serem i masłem – 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: Jogurt naturalny – 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: **2537.8 kcal**
Białko ogółem: **105.4 g**
Węglowodany ogółem: **310.3 g**
Tłuszcz: **92.7 g**
Sól: **5.9 g**
Błonnik pokarmowy: **22.5 g**
Suma cukrów prostych: **55.1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **31.5 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2395.4 kcal**
Białko ogółem: **94.1 g**
Węglowodany ogółem: **285.8 g**
Tłuszcz: **83.9 g**
Sól: **5.3 g**
Błonnik pokarmowy: **19.3 g**
Suma cukrów prostych: **51.2 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28.2 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2329.6 kcal**
Białko ogółem: **113.5 g**
Węglowodany ogółem: **249.7 g**
Tłuszcz: **78.1 g**
Sól: **5.5 g**
Błonnik pokarmowy: **27.4 g**
Suma cukrów prostych: **37.1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25.4 g**

26.09.2026. sobota

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 Bułka 1szt./chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Papryka – 30g	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Pomidor – 30g	Zupa neapolitańska – 450g Schab pieczony w sosie – 100g Kasza jęczmienna - 200g Surówka z czerwonej kapusty 100g kompot	Wafle Mandarynka	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony – 30g Papryka – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Ryż na mleku – 450g Twarożek z rzodkiewką – 30g Bułka 1szt. / chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Papryka – 30g	Kanapka: Wędlina drob. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g	Zupa makaronowa – 450g Schab gotowany w sosie – 100g Kasza jęczmienna - 200g Surówka z czerwonej 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: **2468.3 kcal**
Białko ogółem: **109.1 g**
Węglowodany ogółem: **292.7 g**
Tłuszcz: **91.8 g**
Sól: **5.8 g**
Błonnik pokarmowy: **21.7 g**
Suma cukrów prostych: **46.9 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **30.6 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2337.6 kcal**
Białko ogółem: **96.3 g**
Węglowodany ogółem: **274.9 g**
Tłuszcz: **83.5 g**
Sól: **5.1 g**
Błonnik pokarmowy: **19.0 g**
Suma cukrów prostych: **44.1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **27.8 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2278.8 kcal**
Białko ogółem: **112.9 g**
Węglowodany ogółem: **242.8 g**
Tłuszcz: **77.3 g**
Sól: **5.3 g**
Błonnik pokarmowy: **26.5 g**
Suma cukrów prostych: **34.9 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **24.9 g**

27.09.2026. niedziela

Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku – 450g Pasztet drob. – ¼ szt. Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Wędlina wieprz. – 30g Bułka- 1szt. Masło – 10g Papryka – 30g	Pomidorowa z makaronem– 450g Pierś z kurczaka pieczona 100g Ryż - 200g Surówka z pekińskiej kapusty 100g kompot	Herbatniki Jogurt Gratka	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Kasza manna na mleku – 450g Pasztet drob. – ¼ szt. Bułka – 1szt. Masło – 10g Kawa inka/ herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Wędlina wieprz. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g	Pomidorowa z makaronem– 450g Pierś z kurczaka gotowana 100g 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 Rzodkiewka – 10g	Kanapka: Pasztet drob. 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: **2551.2 kcal**
Białko ogółem: **107.6 g**
Węglowodany ogółem: **306.8 g**
Tłuszcz: **94.2 g**
Sól: **5.9 g**
Błonnik pokarmowy: **22.3 g**
Suma cukrów prostych: **50.7 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **31.9 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2407.9 kcal**
Białko ogółem: **95.2 g**
Węglowodany ogółem: **282.1 g**
Tłuszcz: **85.4 g**
Sól: **5.2 g**
Błonnik pokarmowy: **19.5 g**
Suma cukrów prostych: **47.3 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28.7 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2336.5 kcal**
Białko ogółem: **114.7 g**
Węglowodany ogółem: **248.5 g**
Tłuszcz: **79.4 g**
Sól: **5.4 g**
Błonnik pokarmowy: **27.2 g**
Suma cukrów prostych: **36.1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25.6 g**

28.09.2026. poniedziałek

Dieta podstawowa	Zacierki na mleku – 450g Chleb pszenno-żytni - 150g Twarożek ze szczypiorkiem – 30g Pomidor – 30g Masło – 10g Kawa inka/ herbata	Kanapka: Wędlina wieprz. - 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g Sałata	Zupa kapuśniak - 450g Ryż z jabłkiem i jogurtem - 200g Kompot	Chałka Banan	Wędlina drob. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Zacierki na mleku – 450g Twarożek ze szczypiorkiem – 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 kapuśniak - 450g Ryż z jabłkiem i jogurtem - 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: **2516.8 kcal**
Białko ogółem: **103.9 g**
Węglowodany ogółem: **303.4 g**
Tłuszcz: **93.7 g**
Sól: **5.8 g**
Błonnik pokarmowy: **22.6 g**
Suma cukrów prostych: **52.6 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **31.3 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2376.2 kcal**
Białko ogółem: **92.8 g**
Węglowodany ogółem: **279.7 g**
Tłuszcz: **84.6 g**
Sól: **5.1 g**
Błonnik pokarmowy: **19.6 g**
Suma cukrów prostych: **48.9 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28.3 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2298.7 kcal**
Białko ogółem: **111.2 g**
Węglowodany ogółem: **244.9 g**
Tłuszcz: **77.9 g**
Sól: **5.3 g**
Błonnik pokarmowy: **27.6 g**
Suma cukrów prostych: **37.4 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25.2 g**

29.09.2026. wtorek

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Makaron 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 ogórkowa – 450g Klopsik w sosie pomidorowym - 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	Makaron 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 ogórkowa – 450g Pulpet w sosie pomidorowym - 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: **2484.5 kcal**
Białko ogółem: **106.3 g**
Węglowodany ogółem: **297.6 g**
Tłuszcz: **92.8 g**
Sól: **5.9 g**
Błonnik pokarmowy: **21.9 g**
Suma cukrów prostych: **48.4 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **30.9 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2354.7 kcal**
Białko ogółem: **94.6 g**
Węglowodany ogółem: **277.3 g**
Tłuszcz: **83.8 g**
Sól: **5.2 g**
Błonnik pokarmowy: **19.1 g**
Suma cukrów prostych: **45.6 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28.1 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2311.4 kcal**
Białko ogółem: **113.1 g**
Węglowodany ogółem: **246.7 g**
Tłuszcz: **78.4 g**
Sól: **5.4 g**
Błonnik pokarmowy: **26.9 g**
Suma cukrów prostych: **35.8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25.3 g**

30.09.2026. środa

Dieta podstawowa	Ryż na mleku – 450g Wędlina wieprz. – 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Pomidor – 30g Sałata	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka- 1szt. Masło – 10g Papryka – 30g	Zupa fasolowa – 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	Ryż na mleku – 450g Wędlina wieprz. - 30g Bułka – 1szt. Masło – 10g Kawa inka/ herbata Pomidor – 30g Sałata	Kanapka: Wędlina drob. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g	Zupa ryżowa – 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: **2573.7 kcal**
Białko ogółem: **108.5 g**
Węglowodany ogółem: **309.5 g**
Tłuszcz: **95.6 g**
Sól: **6.0 g**
Błonnik pokarmowy: **22.7 g**
Suma cukrów prostych: **51.8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **32.1 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2412.6 kcal**
Białko ogółem: **96.7 g**
Węglowodany ogółem: **284.6 g**
Tłuszcz: **85.7 g**
Sól: **5.3 g**
Błonnik pokarmowy: **19.8 g**
Suma cukrów prostych: **48.2 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28.9 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2341.8 kcal**
Białko ogółem: **115.3 g**
Węglowodany ogółem: **251.6 g**
Tłuszcz: **79.6 g**
Sól: **5.5 g**
Błonnik pokarmowy: **27.3 g**
Suma cukrów prostych: **36.4 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25.8 g**

Jadłospis może ulec zmianie