21.07.2026. wtorek

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku – 450g Twarożek 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 Gołąbki z mięsem wieprz. i ryżem w sosie pomidorowym 200g Ziemniaki 200g Kompot	Herbatniki Sok Bobofruit	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 Pulpet w sosie pomidorowym 100g Ziemniaki 200g Surówka z białej 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. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: **2489,7 kcal**
Białko ogółem: **101,8 g**
Węglowodany ogółem: **298,6 g**
Tłuszcz: **91,8 g**
Sól: **5,8 g**
Błonnik pokarmowy: **22,7 g**
Suma cukrów prostych: **49,6 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **30,9 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2274,8 kcal**
Białko ogółem: **88,7 g**
Węglowodany ogółem: **274,3 g**
Tłuszcz: **79,6 g**
Sól: **5,2 g**
Błonnik pokarmowy: **19,3 g**
Suma cukrów prostych: **45,2 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **27,4 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2212,5 kcal**
Białko ogółem: **109,8 g**
Węglowodany ogółem: **238,2 g**
Tłuszcz: **77,4 g**
Sól: **5,4 g**
Błonnik pokarmowy: **27,4 g**
Suma cukrów prostych: **34,8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25,8 g**

22.07.2026. 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 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 Jogurt Gratka	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 10g Herbata Pomidor – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Zacierki manna 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 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: Pasztet drob. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: **2541,6 kcal**
Białko ogółem: **104,2 g**
Węglowodany ogółem: **302,4 g**
Tłuszcz: **94,8 g**
Sól: **5,9 g**
Błonnik pokarmowy: **22,9 g**
Suma cukrów prostych: **50,1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **31,8 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2315,7 kcal**
Białko ogółem: **90,8 g**
Węglowodany ogółem: **277,5 g**
Tłuszcz: **81,9 g**
Sól: **5,3 g**
Błonnik pokarmowy: **19,6 g**
Suma cukrów prostych: **45,6 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28,2 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2246,1 kcal**
Białko ogółem: **111,2 g**
Węglowodany ogółem: **240,4 g**
Tłuszcz: **78,7 g**
Sól: **5,5 g**
Błonnik pokarmowy: **27,8 g**
Suma cukrów prostych: **35,2 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **26,3 g**

23.07.2026. 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 Pierś pieczona w sosie 100g Kasza jęczmienna 200g Mizeria 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 płatkowa - 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 Pomidor – 30g Sałata	Kanapka: Jogurt naturalny Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: **2462,8 kcal**
Białko ogółem: **100,1 g**
Węglowodany ogółem: **296,9 g**
Tłuszcz: **90,2 g**
Sól: **5,8 g**
Błonnik pokarmowy: **22,3 g**
Suma cukrów prostych: **49,3 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **30,5 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2248,6 kcal**
Białko ogółem: **87,2 g**
Węglowodany ogółem: **272,8 g**
Tłuszcz: **78,4 g**
Sól: **5,1 g**
Błonnik pokarmowy: **19,0 g**
Suma cukrów prostych: **44,8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **27,1 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2188,9 kcal**
Białko ogółem: **107,6 g**
Węglowodany ogółem: **236,5 g**
Tłuszcz: **76,2 g**
Sól: **5,3 g**
Błonnik pokarmowy: **27,0 g**
Suma cukrów prostych: **34,5 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25,4 g**

24.07.2026. piątek

Dieta podstawowa	Ryż na mleku – 450g Dżem 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 Makaron z serem i ze słoninką – 200g Kompot	Chałka Mandarynka	Śledzie z cebulą - 100g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Ryż na mleku – 450g Dżem 30g/Ser żółty – 30g Bułka 1szt./chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Rzodkiewka – 10g Jabłko – 1szt.	Kanapka: Chleb razowy – 100g Masło – 10g Ser żółty – 30g Ogórek kiszony – 30g Sałata	Zupa fasolowa – 450g Makaron z serem i z masłem – 200g 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: **2578,9 kcal**
Białko ogółem: **105,4 g**
Węglowodany ogółem: **304,8 g**
Tłuszcz: **96,1 g**
Sól: **6,0 g**
Błonnik pokarmowy: **22,8 g**
Suma cukrów prostych: **50,8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **32,4 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2351,8 kcal**
Białko ogółem: **92,0 g**
Węglowodany ogółem: **279,8 g**
Tłuszcz: **83,2 g**
Sól: **5,3 g**
Błonnik pokarmowy: **19,8 g**
Suma cukrów prostych: **46,1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28,5 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2267,4 kcal**
Białko ogółem: **112,4 g**
Węglowodany ogółem: **241,6 g**
Tłuszcz: **79,4 g**
Sól: **5,6 g**
Błonnik pokarmowy: **28,2 g**
Suma cukrów prostych: **35,6 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **26,6 g**

25.07.2026. 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 Bułka 1szt./chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Pomidor – 30g	Pomidorowa z ryżem – 450g Schab pieczony w sosie 100g Ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty 100g kompot	Wafle Banany	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony – 30g Papryka – 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 drob. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g	Pomidorowa z ryżem – 450g Schab gotowany w sosie 100g Ziemniaki 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: **2518,3 kcal**
Białko ogółem: **103,6 g**
Węglowodany ogółem: **300,5 g**
Tłuszcz: **93,6 g**
Sól: **5,9 g**
Błonnik pokarmowy: **22,6 g**
Suma cukrów prostych: **49,9 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **31,4 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2293,2 kcal**
Białko ogółem: **90,4 g**
Węglowodany ogółem: **275,8 g**
Tłuszcz: **81,0 g**
Sól: **5,2 g**
Błonnik pokarmowy: **19,4 g**
Suma cukrów prostych: **45,4 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **27,8 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2231,8 kcal**
Białko ogółem: **110,6 g**
Węglowodany ogółem: **239,8 g**
Tłuszcz: **78,2 g**
Sól: **5,5 g**
Błonnik pokarmowy: **27,6 g**
Suma cukrów prostych: **35,1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **26,2 g**

26.07.2026. niedziela

Dieta podstawowa	Zacierki na mleku – 450g Ser żółty – 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Wędlina wieprz. – 30g Bułka- 1szt. Masło – 10g Papryka – 30g	Zupa neapolitańska– 450g Gulasz wieprzowy 100g Kasza gryczana 70g Surówka z kiszonej kapusty 100g Kompot	Herbatniki Mandarynka	Wędlina wieprz. - 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 wieprz. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g	Zupa makaronowa – 450g Gulasz wieprzowy 100g Kasza gryczana 70g Surówka z kiszonej 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: **2443,9 kcal**
Białko ogółem: **99,3 g**
Węglowodany ogółem: **293,7 g**
Tłuszcz: **89,4 g**
Sól: **5,7 g**
Błonnik pokarmowy: **22,1 g**
Suma cukrów prostych: **48,8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **30,2 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2225,4 kcal**
Białko ogółem: **86,6 g**
Węglowodany ogółem: **270,4 g**
Tłuszcz: **78,0 g**
Sól: **5,1 g**
Błonnik pokarmowy: **18,9 g**
Suma cukrów prostych: **44,5 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **26,9 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2179,6 kcal**
Białko ogółem: **107,1 g**
Węglowodany ogółem: **235,8 g**
Tłuszcz: **75,9 g**
Sól: **5,3 g**
Błonnik pokarmowy: **26,8 g**
Suma cukrów prostych: **34,2 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25,2 g**

27.07.2026. poniedziałek

Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku – 450g Chleb pszenno-żytni - 150g Twarożek z rzodkiewką – 30g Pomidor – 30g Masło – 10g Kawa inka/ herbata	Kanapka: Wędlina wieprz. - 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g Sałata	Zupa burakowa - 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	Kasza manna na mleku – 450g Twarożek z rzodkiewką – 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 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: **2418,6 kcal**
Białko ogółem: **98,5 g**
Węglowodany ogółem: **291,4 g**
Tłuszcz: **88,6 g**
Sól: **5,7 g**
Błonnik pokarmowy: **21,9 g**
Suma cukrów prostych: **48,6 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **29,8 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2204,8 kcal**
Białko ogółem: **85,9 g**
Węglowodany ogółem: **268,3 g**
Tłuszcz: **77,1 g**
Sól: **5,1 g**
Błonnik pokarmowy: **18,8 g**
Suma cukrów prostych: **44,1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **26,6 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2161,8 kcal**
Białko ogółem: **106,4 g**
Węglowodany ogółem: **234,2 g**
Tłuszcz: **75,2 g**
Sól: **5,3 g**
Błonnik pokarmowy: **26,6 g**
Suma cukrów prostych: **34,0 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25,0 g**

28.07.2026. wtorek

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Płatki owsiane 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	Pomidorowa z makaronem– 450g Udko pieczone 140g Ryż 200g Surówka z pekińskiej kapusty 100g kompot	Biszkopty Sok Bobofrut – 1szt	Wędlina drob. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Płatki owsiane 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	Pomidorowa z makaronem– 450g Udko gotowane 140g Ryż 200g Surówka z pekińskiej 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: **2552,7 kcal**
Białko ogółem: **104,9 g**
Węglowodany ogółem: **304,6 g**
Tłuszcz: **95,2 g**
Sól: **6,0 g**
Błonnik pokarmowy: **22,8 g**
Suma cukrów prostych: **50,5 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **32,1 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2328,9 kcal**
Białko ogółem: **91,5 g**
Węglowodany ogółem: **279,2 g**
Tłuszcz: **82,2 g**
Sól: **5,3 g**
Błonnik pokarmowy: **19,8 g**
Suma cukrów prostych: **45,8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28,3 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2252,6 kcal**
Białko ogółem: **111,6 g**
Węglowodany ogółem: **241,1 g**
Tłuszcz: **79,0 g**
Sól: **5,5 g**
Błonnik pokarmowy: **27,9 g**
Suma cukrów prostych: **35,4 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **26,5 g**

29.07.2026. środa

Dieta podstawowa	Ryż na mleku – 450g Pasztet drob. – ¼ szt. 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	Ryż na mleku – 450g Pasztet drob. – ¼ szt. Bułka – 1szt. Masło – 10g Kawa inka/ herbata Pomidor – 30g	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: **2497,4 kcal**
Białko ogółem: **102,6 g**
Węglowodany ogółem: **299,5 g**
Tłuszcz: **92,8 g**
Sól: **5,9 g**
Błonnik pokarmowy: **22,4 g**
Suma cukrów prostych: **49,7 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **31,3 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2276,8 kcal**
Białko ogółem: **89,1 g**
Węglowodany ogółem: **275,4 g**
Tłuszcz: **80,1 g**
Sól: **5,2 g**
Błonnik pokarmowy: **19,3 g**
Suma cukrów prostych: **45,0 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **27,6 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2208,4 kcal**
Białko ogółem: **109,4 g**
Węglowodany ogółem: **237,9 g**
Tłuszcz: **77,6 g**
Sól: **5,4 g**
Błonnik pokarmowy: **27,2 g**
Suma cukrów prostych: **34,7 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25,9 g**

30.07.2026. czwartek

Dieta podstawowa	Makaron na mleku – 450g Miód – 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 w sosie 100g Kasza jęczmienna – 200g Sałata ze śmietaną – 100g Kompot	Wafle Banan	Wędlina drob. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Papryka – 30g Herbata Sałata	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Makaron na mleku – 450g Miód – 30g/ Wędlina drob. - 30g Bułka 1szt./chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Jabłko – 1 szt. Rzodkiewka – 10g	Kanapka: Chleb razowy – 100g Masło – 10g Wędlina wieprz. – 30g Ogórek zielony – 30g	Zupa grysikowa – 450g Pierś w sosie 100g Kasza jęczmienna – 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: **2524,8 kcal**
Białko ogółem: **103,8 g**
Węglowodany ogółem: **301,7 g**
Tłuszcz: **94,0 g**
Sól: **5,9 g**
Błonnik pokarmowy: **22,7 g**
Suma cukrów prostych: **50,0 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **31,7 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2298,2 kcal**
Białko ogółem: **90,0 g**
Węglowodany ogółem: **277,0 g**
Tłuszcz: **81,2 g**
Sól: **5,2 g**
Błonnik pokarmowy: **19,5 g**
Suma cukrów prostych: **45,3 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **27,9 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2233,5 kcal**
Białko ogółem: **110,8 g**
Węglowodany ogółem: **239,8 g**
Tłuszcz: **78,4 g**
Sól: **5,5 g**
Błonnik pokarmowy: **27,5 g**
Suma cukrów prostych: **35,0 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **26,2 g**

31.07.2026. piątek

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Zacierki na mleku – 450g Twarożek z rzodkiewką i śmietaną 30g Chleb pszenno-żytni - 150g Masło - 10g Kawa inka / herbata	Kanapka: Ser żółty – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Pomidor – 30g	Zupa krupnik jęczmienny – 450g Łazanki z kapustą białą i ze słoninką - 200g Kompot	Chałka Mandarynka	Pasta z jaja – 50g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Pomidor	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Zacierki na mleku – 450g Twarożek z rzodkiewką i śmietaną 30g Bułka 1szt./chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata	Kanapka: Ser żółty - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g	Zupa krupnik jęczmienny – 450g Łazanki z kapustą białą - 200g Kompot	Chleb razowy – 100g Ryba w puszce – ½ szt. Masło – 10g Ogórek kiszony- 30g	Kanapki: 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: **2468,5 kcal**
Białko ogółem: **100,8 g**
Węglowodany ogółem: **296,2 g**
Tłuszcz: **91,4 g**
Sól: **5,8 g**
Błonnik pokarmowy: **22,2 g**
Suma cukrów prostych: **49,1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **30,7 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2251,6 kcal**
Białko ogółem: **87,6 g**
Węglowodany ogółem: **272,6 g**
Tłuszcz: **79,0 g**
Sól: **5,1 g**
Błonnik pokarmowy: **19,0 g**
Suma cukrów prostych: **44,6 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **27,2 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2194,7 kcal**
Białko ogółem: **108,2 g**
Węglowodany ogółem: **236,1 g**
Tłuszcz: **76,8 g**
Sól: **5,4 g**
Błonnik pokarmowy: **26,9 g**
Suma cukrów prostych: **34,4 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25,5 g**

Jadłospis może ulec zmianie