21.08.2026. piątek

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	Ser żółty – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g Sałata	Zupa szczawiowa z ryżem - 450g Ryba pieczona - 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 Dżem - 30g/ Ser żółty – 30g Bułka 1szt. / chleb razowy – 150g Masło – 10g Jabłko – 1 szt. Kawa inka/ herbata Rzodkiewka – 10g	Kanapka: Chleb razowy – 100g Masło – 10g Ser żółty – 30g Ogórek kiszony – 30g Sałata	Zupa ryżowa - 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: **2568,4 kcal**
Białko ogółem: **105,8 g**
Węglowodany ogółem: **329,7 g**
Tłuszcz: **84,6 g**
Sól: **6,0 g**
Błonnik pokarmowy: **23,1 g**
Suma cukrów prostych: **52,4 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **30,2 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2417,6 kcal**
Białko ogółem: **98,4 g**
Węglowodany ogółem: **304,8 g**
Tłuszcz: **78,5 g**
Sól: **5,4 g**
Błonnik pokarmowy: **20,1 g**
Suma cukrów prostych: **48,6 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **27,8 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2348,9 kcal**
Białko ogółem: **109,7 g**
Węglowodany ogółem: **286,4 g**
Tłuszcz: **77,3 g**
Sól: **5,3 g**
Błonnik pokarmowy: **25,8 g**
Suma cukrów prostych: **38,7 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **25,1 g**

22.08.2026. 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	Pomidorowa z makaronem – 450g Gulasz wieprzowy - 100g Kasza jęczmienna - 200g Surówka z białej kapusty - 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	Pomidorowa z makaronem – 450g Gulasz wieprzowy - 100g Kasza jęczmienna - 200g Surówka z białej kapusty - 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: **2498,7 kcal**
Białko ogółem: **101,6 g**
Węglowodany ogółem: **318,5 g**
Tłuszcz: **82,7 g**
Sól: **5,8 g**
Błonnik pokarmowy: **24,0 g**
Suma cukrów prostych: **50,8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **29,6 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2386,3 kcal**
Białko ogółem: **94,7 g**
Węglowodany ogółem: **294,6 g**
Tłuszcz: **77,4 g**
Sól: **5,2 g**
Błonnik pokarmowy: **20,3 g**
Suma cukrów prostych: **46,9 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **27,1 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2317,8 kcal**
Białko ogółem: **108,9 g**
Węglowodany ogółem: **279,3 g**
Tłuszcz: **75,8 g**
Sól: **5,1 g**
Błonnik pokarmowy: **26,4 g**
Suma cukrów prostych: **36,5 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **24,7 g**

23.08.2026. niedziela

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku – 450g Twarożek z rzodkiewką 30g Chleb pszenno-żytni - 150g Masło -10g Kawa inka / herbata	Kanapka: Wędlina wieprz. – 30g Bułka- 1szt. Masło – 10g Papryka – 30g	Zupa neapolitańska – 450g Pierś pieczona w sosie - 100g Ryż - 200g Surówka z kapusty pekińskiej - 100g kompot	Wafle Mandarynka	Wędlina drob. - 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 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: Pasztet drob. – ¼ szt. Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: **2581,3 kcal**
Białko ogółem: **108,2 g**
Węglowodany ogółem: **334,9 g**
Tłuszcz: **85,1 g**
Sól: **6,1 g**
Błonnik pokarmowy: **22,7 g**
Suma cukrów prostych: **55,2 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **31,4 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2432,8 kcal**
Białko ogółem: **99,3 g**
Węglowodany ogółem: **303,7 g**
Tłuszcz: **80,1 g**
Sól: **5,5 g**
Błonnik pokarmowy: **19,6 g**
Suma cukrów prostych: **49,8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28,6 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2374,6 kcal**
Białko ogółem: **112,5 g**
Węglowodany ogółem: **291,8 g**
Tłuszcz: **76,9 g**
Sól: **5,2 g**
Błonnik pokarmowy: **26,1 g**
Suma cukrów prostych: **38,4 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **24,8 g**

24.08.2026. poniedziałek

Dieta podstawowa	Zacierki 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 Ryż z jabłkiem i jogurtem - 200g Kompot	Chałka Jogurt Gratka	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Zacierki 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 Ryż z jabłkiem i jogurtem -200g 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: **2523,2 kcal**
Białko ogółem: **103,7 g**
Węglowodany ogółem: **327,4 g**
Tłuszcz: **80,9 g**
Sól: **5,9 g**
Błonnik pokarmowy: **22,4 g**
Suma cukrów prostych: **53,7 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **29,8 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2368,9 kcal**
Białko ogółem: **94,1 g**
Węglowodany ogółem: **289,7 g**
Tłuszcz: **77,6 g**
Sól: **5,2 g**
Błonnik pokarmowy: **19,1 g**
Suma cukrów prostych: **46,2 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **27,3 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2298,7 kcal**
Białko ogółem: **107,6 g**
Węglowodany ogółem: **276,5 g**
Tłuszcz: **75,4 g**
Sól: **5,0 g**
Błonnik pokarmowy: **25,4 g**
Suma cukrów prostych: **36,8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **24,1 g**

25.08.2026. wtorek

Dieta podstawowa	Ryż 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 grochowa – 450g Klopsik w sosie koperkowym 100g Kasza jęczmienna - 200g surówka z kisz. kapusty 100g Kompot	Herbatniki Sok Bobofruit	Wędlina drob. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Ryż 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 płatkowa – 450g Pulpet w sosie koperkowym 100g Kasza jęczmienna - 200g surówka z kisz. kapusty 100g Kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina drob. - 30g Masło – 10g Pomidor – 30g	Kanapki: Wędlina drob. - 30g Bułka – 1 szt./chleb razowy – 150g Masło – 20g Herbata Rzodkiewka - 10g	Kanapka: Wędlina wieprz. – 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: **2576,9 kcal**
Białko ogółem: **109,4 g**
Węglowodany ogółem: **331,6 g**
Tłuszcz: **84,8 g**
Sól: **6,2 g**
Błonnik pokarmowy: **24,6 g**
Suma cukrów prostych: **49,7 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **31,8 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2421,5 kcal**
Białko ogółem: **101,2 g**
Węglowodany ogółem: **301,5 g**
Tłuszcz: **78,9 g**
Sól: **5,5 g**
Błonnik pokarmowy: **20,7 g**
Suma cukrów prostych: **46,1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28,9 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2396,4 kcal**
Białko ogółem: **113,8 g**
Węglowodany ogółem: **294,7 g**
Tłuszcz: **77,1 g**
Sól: **5,2 g**
Błonnik pokarmowy: **26,8 g**
Suma cukrów prostych: **37,5 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **24,9 g**

26.08.2026. środa

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Makaron na mleku – 450g Twarożek z rzodkiewką – 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 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	Makaron na mleku – 450g Twarożek z rzodkiewką – 30g Bułka– 1szt. Masło – 10g Kawa inka/ herbata Papryka – 30g	Kanapka: Wędlina wieprz. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g	Zupa z lanym ciastem – 450g Potrawka z kurczaka 100g Ziemniaki 200g Buraczki 100g Kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina drob. - 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: **2467,8 kcal**
Białko ogółem: **104,9 g**
Węglowodany ogółem: **316,3 g**
Tłuszcz: **79,7 g**
Sól: **5,8 g**
Błonnik pokarmowy: **22,9 g**
Suma cukrów prostych: **51,4 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **29,3 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2347,2 kcal**
Białko ogółem: **95,8 g**
Węglowodany ogółem: **286,9 g**
Tłuszcz: **75,9 g**
Sól: **5,1 g**
Błonnik pokarmowy: **19,8 g**
Suma cukrów prostych: **45,4 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **26,7 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2329,6 kcal**
Białko ogółem: **110,8 g**
Węglowodany ogółem: **280,4 g**
Tłuszcz: **76,2 g**
Sól: **5,0 g**
Błonnik pokarmowy: **25,7 g**
Suma cukrów prostych: **35,9 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **24,3 g**

27.08.2026. czwartek

Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku – 450g Pasztet drob. – ¼ szt. Chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka - 1szt. Masło – 10g Papryka – 30g	Zupa kalafiorowa– 450g Schab pieczony w sosie 100g Ziemniaki - 200g Sałata ze śmietaną - 100g kompot	Biszkopty Banany	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony Sałata	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Płatki owsiane na mleku – 450g Pasztet drob. – ¼ szt. Bułka 1szt./chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Wędlina drob. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g	Zupa ryżowa - 450g Schab gotowany w sosie 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 Rzodkiewka – 10g Sałata	Kanapka: Pasztet drob. 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: **2554,6 kcal**
Białko ogółem: **106,7 g**
Węglowodany ogółem: **325,8 g**
Tłuszcz: **85,3 g**
Sól: **6,1 g**
Błonnik pokarmowy: **23,6 g**
Suma cukrów prostych: **50,3 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **32,1 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2403,7 kcal**
Białko ogółem: **98,6 g**
Węglowodany ogółem: **295,8 g**
Tłuszcz: **79,8 g**
Sól: **5,4 g**
Błonnik pokarmowy: **20,2 g**
Suma cukrów prostych: **46,7 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28,8 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2378,5 kcal**
Białko ogółem: **115,4 g**
Węglowodany ogółem: **289,7 g**
Tłuszcz: **76,8 g**
Sól: **5,1 g**
Błonnik pokarmowy: **26,4 g**
Suma cukrów prostych: **37,1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **24,6 g**

28.08.2026. piątek

Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku – 450g Dżem - 30g Chleb pszenno-żytni - 150g Masło -10g Kawa inka / herbata Jabłko – 1 szt.	Kanapka: Ser żółty – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g Sałata	Zupa kapuśniak - 450g Makaron z serem i ze słoninką – 200g Kompot	Chałka Mandarynka	Pasta z jaja - 50g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Pomidor – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Kasza manna na mleku – 450g Dżem - 30g/ Ser żółty – 30g Bułka 1szt. / chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Rzodkiewka – 10g Jabłko – 1 szt.	Kanapka: Chleb razowy – 100g Masło – 10g Ser żółty – 30g Ogórek kiszony – 30g Sałata	Zupa kapuśniak - 450g Makaron z serem i masłem – 200g 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: **2488,3 kcal**
Białko ogółem: **101,5 g**
Węglowodany ogółem: **337,2 g**
Tłuszcz: **75,8 g**
Sól: **5,9 g**
Błonnik pokarmowy: **23,8 g**
Suma cukrów prostych: **55,1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28,7 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2372,6 kcal**
Białko ogółem: **94,6 g**
Węglowodany ogółem: **293,4 g**
Tłuszcz: **76,2 g**
Sól: **5,2 g**
Błonnik pokarmowy: **19,9 g**
Suma cukrów prostych: **48,8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **27,0 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2311,4 kcal**
Białko ogółem: **109,6 g**
Węglowodany ogółem: **281,7 g**
Tłuszcz: **74,9 g**
Sól: **5,0 g**
Błonnik pokarmowy: **26,9 g**
Suma cukrów prostych: **36,4 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **23,8 g**

29.08.2026. 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 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 pekińskiej kapusty 100g Kompot	Herbatniki Banan – 1 szt.	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 Rzodkiewka – 10g	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 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: **2591,7 kcal**
Białko ogółem: **110,3 g**
Węglowodany ogółem: **343,5 g**
Tłuszcz: **84,9 g**
Sól: **6,2 g**
Błonnik pokarmowy: **24,3 g**
Suma cukrów prostych: **53,6 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **31,5 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2441,8 kcal**
Białko ogółem: **99,7 g**
Węglowodany ogółem: **308,2 g**
Tłuszcz: **80,3 g**
Sól: **5,5 g**
Błonnik pokarmowy: **20,6 g**
Suma cukrów prostych: **48,9 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **29,0 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2387,2 kcal**
Białko ogółem: **114,1 g**
Węglowodany ogółem: **296,4 g**
Tłuszcz: **77,2 g**
Sól: **5,2 g**
Błonnik pokarmowy: **27,2 g**
Suma cukrów prostych: **38,1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **24,7 g**

30.08.2026. niedziela

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 Chleb pszenno-żytni - 150g Masło -10g Kawa inka / herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka- 1szt. Masło – 10g Papryka – 30g	Pomidorowa z ryżem – 450g Pierś pieczona w sosie - 100g Makaron - 200g Surówka z białej kapusty 100g kompot	Wafle 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. / chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Wędlina drob. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g	Pomidorowa z ryżem – 450g Pierś pieczona w sosie - 100g Makaron - 200g Surówka z białej kapusty 100g kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina wieprz. - 30g Masło – 10g Pomidor – 30g Sałata	Kanapki: Wędlina wieprz. - 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: **2516,5 kcal**
Białko ogółem: **105,2 g**
Węglowodany ogółem: **326,8 g**
Tłuszcz: **80,6 g**
Sól: **5,9 g**
Błonnik pokarmowy: **22,8 g**
Suma cukrów prostych: **54,2 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **29,9 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2398,4 kcal**
Białko ogółem: **96,3 g**
Węglowodany ogółem: **297,1 g**
Tłuszcz: **77,5 g**
Sól: **5,3 g**
Błonnik pokarmowy: **19,7 g**
Suma cukrów prostych: **47,1 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **27,6 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2356,9 kcal**
Białko ogółem: **111,9 g**
Węglowodany ogółem: **285,3 g**
Tłuszcz: **76,1 g**
Sól: **5,1 g**
Błonnik pokarmowy: **26,3 g**
Suma cukrów prostych: **37,2 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **24,2 g**

31.08.2026. 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 drob. - 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: **2547,9 kcal**
Białko ogółem: **107,8 g**
Węglowodany ogółem: **330,6 g**
Tłuszcz: **82,3 g**
Sól: **6,0 g**
Błonnik pokarmowy: **23,5 g**
Suma cukrów prostych: **51,9 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **30,7 g**

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: **2411,2 kcal**
Białko ogółem: **98,9 g**
Węglowodany ogółem: **299,6 g**
Tłuszcz: **78,6 g**
Sól: **5,4 g**
Błonnik pokarmowy: **20,1 g**
Suma cukrów prostych: **47,8 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **28,4 g**

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: **2339,5 kcal**
Białko ogółem: **113,2 g**
Węglowodany ogółem: **282,7 g**
Tłuszcz: **75,6 g**
Sól: **5,1 g**
Błonnik pokarmowy: **26,6 g**
Suma cukrów prostych: **36,9 g**
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: **24,0 g**

Jadłospis może ulec zmianie