21.10.2026. środa

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 Pomidor - 30g Sałata 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 Ziemniaki - 200g Surówka z białej kapusty - 100g Kompot	Chałka Banany	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 10g Herbata Papryka – 30g Sałata Jabłko	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Płatki owsiane na mleku – 450g Ser żółty - 30g Pomidor - 30g Sałata 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 Ziemniaki - 200g Surówka z białej kapusty - 100g Kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina wieprz.-30g Masło – 10g Pomidor – 30g Sałata	Bułka /Chleb razowy –1 szt./150g Wędlina wieprz. - 30g Masło – 20g Papryka - 30g Herbata Sałata Jabłko	Kanapka: Wędlina drob. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g Sałata

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: 2392.6 kcal
Białko ogółem: 96.4 g
Węglowodany ogółem: 312.8 g
Tłuszcz: 73.6 g
Sól: 8.4 g
Błonnik pokarmowy: 25.3 g
Suma cukrów prostych: 74.6 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.8 g

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: 2338.4 kcal
Białko ogółem: 91.2 g
Węglowodany ogółem: 301.6 g
Tłuszcz: 70.2 g
Sól: 7.8 g
Błonnik pokarmowy: 22.4 g
Suma cukrów prostych: 69.3 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.1 g

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: 2286.9 kcal
Białko ogółem: 98.7 g
Węglowodany ogółem: 273.5 g
Tłuszcz: 69.4 g
Sól: 7.4 g
Błonnik pokarmowy: 25.8 g
Suma cukrów prostych: 43.6 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.8 g

22.10.2026. czwartek

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Ryż na mleku – 450 Chleb pszenno-żytni - 150g Twarożek z rzodkiewką – 30g Masło – 10g Kawa inka/ herbata	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Ogórek zielony – 30g	Zupa kalafiorowa – 450g Karkówka duszona - 100g Ziemniaki - 200g Mizeria - 100g Kompot	Herbatniki Gruszka	Wędlina wieprz. 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Ryż na mleku – 450 Twarożek z rzodkiewką – 30g Bułka 1szt. / chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata	Kanapka: Chleb razowy – 100g Masło – 10g Wędlina drob. – 30g Ogórek zielony – 30g	Zupa ryżowa – 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	Kanapka: Jogurt naturalny Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: 2508.7 kcal
Białko ogółem: 106.2 g
Węglowodany ogółem: 301.1 g
Tłuszcz: 92.8 g
Sól: 9.3 g
Błonnik pokarmowy: 24.7 g
Suma cukrów prostych: 48.9 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.9 g

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: 2431.5 kcal
Białko ogółem: 96.9 g
Węglowodany ogółem: 291.8 g
Tłuszcz: 86.4 g
Sól: 8.7 g
Błonnik pokarmowy: 20.8 g
Suma cukrów prostych: 45.7 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.5 g

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: 2342.8 kcal
Białko ogółem: 112.1 g
Węglowodany ogółem: 250.4 g
Tłuszcz: 80.8 g
Sól: 8.8 g
Błonnik pokarmowy: 27.3 g
Suma cukrów prostych: 36.3 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.2 g

23.10.2026. piątek

Dieta podstawowa	Zacierki 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 burakowa – 450g Makaron z serem i ze słoniną – 200g Kompot	Chałka Banan	Pasta z ryby – 50g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Zacierki na mleku – 450g Dżem - 30g / Ser żółty – 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 burakowa – 450g Makaron z serem – 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 Pomidor - 30g	Kanapka: Ser topiony – 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Ogórek kiszony – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: 2417.9 kcal
Białko ogółem: 104.6 g
Węglowodany ogółem: 289.8 g
Tłuszcz: 89.4 g
Sól: 6.2 g
Błonnik pokarmowy: 25.1 g
Suma cukrów prostych: 47.9 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.2 g

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: 2332.5 kcal
Białko ogółem: 95.1 g
Węglowodany ogółem: 279.7 g
Tłuszcz: 83.2 g
Sól: 5.5 g
Błonnik pokarmowy: 21.2 g
Suma cukrów prostych: 44.5 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.6 g

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: 2257.3 kcal
Białko ogółem: 109.6 g
Węglowodany ogółem: 241.3 g
Tłuszcz: 78.1 g
Sól: 5.6 g
Błonnik pokarmowy: 27.2 g
Suma cukrów prostych: 35.1 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.4 g

24.10.2026. sobota

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku – 450g Twarożek ze szczypiorkiem – 30g Bułka 1szt./chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Papryka – 30g	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka 1szt. Masło – 10g Pomidor – 30g	Zupa pieczarkowa z makaronem – 450g Pierś pieczona w sosie – 100g Ryż - 200g Buraczki - 100g kompot	Gruszka Biszkopty	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony – 30g Papryka – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Kasza manna 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 Pomidor – 30g	Zupa makaronowa – 450g Pierś gotowana w sosie – 100g Ryż - 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 Pomidor – 30g	Kanapka: Ser żółty – 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: 2436.4 kcal
Białko ogółem: 106.2 g
Węglowodany ogółem: 292.7 g
Tłuszcz: 90.8 g
Sól: 6.2 g
Błonnik pokarmowy: 25.8 g
Suma cukrów prostych: 47.1 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.8 g

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: 2351.6 kcal
Białko ogółem: 96.4 g
Węglowodany ogółem: 282.1 g
Tłuszcz: 84.6 g
Sól: 5.5 g
Błonnik pokarmowy: 21.6 g
Suma cukrów prostych: 44.2 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.1 g

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: 2274.8 kcal
Białko ogółem: 110.8 g
Węglowodany ogółem: 243.6 g
Tłuszcz: 79.2 g
Sól: 5.7 g
Błonnik pokarmowy: 27.6 g
Suma cukrów prostych: 35.7 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.8 g

25.10.2026. niedziela

Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku – 450g Pasztet drob. – ¼ szt. Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Ogórek kiszony – 30g	Kanapka: Wędlina wieprz. – 30g Bułka - 1szt. Masło – 10g Papryka – 30g	Pomidorowa z makaronem – 450g Schab pieczony w sosie - 140g Kasza jęczmienna - 200g Surówka z kapusty białej - 100g kompot	Herbatniki Jogurt Gratka	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Ogórek kiszony	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Płatki owsiane na mleku – 450g Pasztet drob. – ¼ szt. Bułka – 1szt. Masło – 10g Kawa inka/ herbata Ogórek kiszony – 30g	Kanapka: Wędlina wieprz. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g	Pomidorowa z makaronem – 450g Schab gotowany w sosie - 140g Kasza jęczmienna - 200g Surówka z kapusty białej - 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: 2442.7 kcal
Białko ogółem: 107.1 g
Węglowodany ogółem: 294.3 g
Tłuszcz: 91.2 g
Sól: 6.3 g
Błonnik pokarmowy: 25.6 g
Suma cukrów prostych: 49.3 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.1 g

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: 2364.9 kcal
Białko ogółem: 97.2 g
Węglowodany ogółem: 283.6 g
Tłuszcz: 85.1 g
Sól: 5.6 g
Błonnik pokarmowy: 21.8 g
Suma cukrów prostych: 45.6 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.4 g

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: 2291.5 kcal
Białko ogółem: 112.3 g
Węglowodany ogółem: 246.8 g
Tłuszcz: 80.1 g
Sól: 5.7 g
Błonnik pokarmowy: 27.9 g
Suma cukrów prostych: 36.2 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.1 g

26.10.2026. poniedziałek

Dieta podstawowa	Makaron na mleku – 450g Chleb pszenno-żytni - 150g Twarożek ze szczypiorkiem – 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 Sok Bobofruit	Wędlina drob. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Pomidor – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Makaron na mleku – 450g Twarożek ze szczypiorkiem – 30g Bułka 1szt. / chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata	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: 2387.3 kcal
Białko ogółem: 100.8 g
Węglowodany ogółem: 286.4 g
Tłuszcz: 88.1 g
Sól: 7.0 g
Błonnik pokarmowy: 23.9 g
Suma cukrów prostych: 48.7 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.4 g

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: 2310.8 kcal
Białko ogółem: 92.4 g
Węglowodany ogółem: 277.3 g
Tłuszcz: 82.1 g
Sól: 6.4 g
Błonnik pokarmowy: 20.1 g
Suma cukrów prostych: 44.8 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.1 g

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: 2231.9 kcal
Białko ogółem: 106.8 g
Węglowodany ogółem: 238.6 g
Tłuszcz: 76.9 g
Sól: 6.5 g
Błonnik pokarmowy: 26.7 g
Suma cukrów prostych: 35.5 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.8 g

27.10.2026. 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 koperkowa – 450g Klopsik w sosie pomidorowym -100g Kasza jęczmienna - 200g Surówka z kiszonej kapusty 100g kompot	Wafle Jogurt Gratka	Wędlina drob. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Papryka – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Zacierki na mleku – 450g Twarożek ze śmietaną - 30g Bułka 1szt. / chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata Papryka – 30g	Kanapka: Wędlina wieprz. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g	Zupa koperkowa – 450g Pulpet w sosie pomidorowym - 100g Kasza jęczmienna - 200g Surówka z kiszonej 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 Papryka – 30g	Kanapka: Wędlina wieprz. – 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g Sałata

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: 2512.4 kcal
Białko ogółem: 107.5 g
Węglowodany ogółem: 302.8 g
Tłuszcz: 93.3 g
Sól: 8.4 g
Błonnik pokarmowy: 25.7 g
Suma cukrów prostych: 49.5 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.3 g

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: 2438.6 kcal
Białko ogółem: 98.9 g
Węglowodany ogółem: 293.4 g
Tłuszcz: 87.2 g
Sól: 7.7 g
Błonnik pokarmowy: 21.7 g
Suma cukrów prostych: 45.9 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.9 g

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: 2351.8 kcal
Białko ogółem: 113.9 g
Węglowodany ogółem: 252.4 g
Tłuszcz: 81.2 g
Sól: 7.9 g
Błonnik pokarmowy: 28.1 g
Suma cukrów prostych: 36.8 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.3 g

28.10.2026. środa

Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku – 450g Ser żółty – 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 10g Sałata – 20g Kawa inka/ herbata Pomidor – 30g Ogórek kiszony – 10g	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka- 1szt. Masło – 10g Papryka – 30g	Zupa ogórkowa – 450g Karkówka duszona 100g Ziemniaki – 200g Buraczki – 100g Kompot	Chałka Banany	Wędlina drob. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Herbata Papryka – 30g Sałata – 20g Jabłko – 200g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Kasza manna na mleku – 450g Ser żółty – 30g Bułka – 1szt. Masło – 10g Sałata – 20g Kawa inka/ herbata Pomidor – 30g	Kanapka: Wędlina drob. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g	Zupa ogórkowa – 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: 2518.5 kcal
Białko ogółem: 88.6 g
Węglowodany ogółem: 338.5 g
Tłuszcz: 86.4 g
Sól: 9.5 g
Błonnik pokarmowy: 24.0 g
Suma cukrów prostych: 80.8 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.8 g

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: 2468.6 kcal
Białko ogółem: 83.8 g
Węglowodany ogółem: 325.2 g
Tłuszcz: 82.3 g
Sól: 8.6 g
Błonnik pokarmowy: 22.5 g
Suma cukrów prostych: 74.8 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.5g

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: 2398.4 kcal
Białko ogółem: 92.0 g
Węglowodany ogółem: 281.5 g
Tłuszcz: 83.3 g
Sól: 8.2 g
Błonnik pokarmowy: 25.9 g
Suma cukrów prostych: 46.1 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.7 g

29.10.2026. czwartek

Dieta podstawowa	Ryż na mleku – 450g Wędlina drob. – 30g 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 Pierś duszona w sosie - 100g Ziemniaki – 200g Mizeria ze śmietaną – 100g Kompot	Biszkopty Gruszka	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 20g Papryka – 30g Herbata Sałata	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Ryż 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 z lanym ciastem – 450g Pierś duszona w sosie - 100g Ziemniaki – 200g Kalafior – 100g Kompot	Chleb razowy – 100g Wędlina drob. - 30g Masło – 10g Pomidor – 30g	Kanapki: Wędlina wieprz. - 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: 2421.3 kcal
Białko ogółem: 105.4 g
Węglowodany ogółem: 291.6 g
Tłuszcz: 90.1 g
Sól: 7.2 g
Błonnik pokarmowy: 25.2 g
Suma cukrów prostych: 46.9 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.6 g

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: 2342.7 kcal
Białko ogółem: 95.8 g
Węglowodany ogółem: 281.3 g
Tłuszcz: 84.0 g
Sól: 6.5 g
Błonnik pokarmowy: 21.1 g
Suma cukrów prostych: 43.8 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.9 g

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: 2263.8 kcal
Białko ogółem: 110.4 g
Węglowodany ogółem: 242.2 g
Tłuszcz: 78.6 g
Sól: 6.6 g
Błonnik pokarmowy: 27.1 g
Suma cukrów prostych: 35.0 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.5 g

30.10.2026. piątek

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Makaron na mleku – 450g Twarożek z rzodkiewką - 30g Chleb pszenno-żytni - 150g Masło -10g Kawa inka / herbata	Kanapka: Ser żółty – 30g Bułka - 1szt. Masło – 10g Papryka – 30g	Zupa szczawiowa z ryżem – 450g Ryba pieczona – 100g Ziemniaki – 200g Surówka z kisz. kapusty – 100g Kompot	Chałka banan	Wędlina wieprz. - 30g Chleb pszenno-żytni – 150g Masło – 10g Herbata Pomidor – 30g	-
Dieta lekkostrawna III / cukrzycowa	Makaron na mleku – 450g Twarożek z rzodkiewką - 30g Bułka 1szt. / chleb razowy – 150g Masło – 10g Kawa inka/ herbata	Kanapka: Ser żółty - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g	Zupa ryżowa – 450g Ryba pieczona – 100g Ziemniaki – 200g Surówka z kisz. 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: Jogurt naturalny – 1 szt. Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: 2391.7 kcal
Białko ogółem: 104.1 g
Węglowodany ogółem: 287.3 g
Tłuszcz: 88.5 g
Sól: 6.1 g
Błonnik pokarmowy: 24.9 g
Suma cukrów prostych: 47.4 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.8 g

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: 2321.5 kcal
Białko ogółem: 94.2 g
Węglowodany ogółem: 278.6 g
Tłuszcz: 82.7 g
Sól: 5.4 g
Błonnik pokarmowy: 20.6 g
Suma cukrów prostych: 44.0 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.5 g

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: 2240.6 kcal
Białko ogółem: 108.3 g
Węglowodany ogółem: 239.4 g
Tłuszcz: 77.6 g
Sól: 5.6 g
Błonnik pokarmowy: 26.8 g
Suma cukrów prostych: 35.8 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.1 g

31.10.2026. sobota

Dieta / Posiłek	Śniadanie	II Śniadanie dzieci / cukrzycy	Obiad	Podwieczorek dzieci //cukrzycy	Kolacja	II Kolacja cukrzycy
Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku – 450g Twarożek z szczypiorkiem - 30g Chleb pszenno-żytni - 150g Masło -10g Kawa inka / herbata	Kanapka: Wędlina drob. – 30g Bułka - 1szt. Masło – 10g Papryka – 30g	Pieczarkowa z makaronem – 450g Gulasz wieprzowy - 100g Kasza gryczana – 200g Surówka z czerwonej kapusty 100g Kompot	Herbatniki Gruszka	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	Kanapka: Wędlina drob. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Papryka – 30g	Zupa makaronowa – 450g Gulasz wieprzowy - 100g Kasza gryczana – 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. - 30g Chleb razowy – 100g Masło – 10g Pomidor – 30g

Wartości odżywcze – dieta podstawowa
Wartość energetyczna: 2433.9 kcal
Białko ogółem: 106.8 g
Węglowodany ogółem: 293.5 g
Tłuszcz: 91.0 g
Sól: 6.2 g
Błonnik pokarmowy: 25.7 g
Suma cukrów prostych: 47.8 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.7 g

Wartości odżywcze – dieta dziecięca
Wartość energetyczna: 2358.2 kcal
Białko ogółem: 96.1 g
Węglowodany ogółem: 282.7 g
Tłuszcz: 84.8 g
Sól: 5.5 g
Błonnik pokarmowy: 21.4 g
Suma cukrów prostych: 44.6 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.0 g

Wartości odżywcze – dieta cukrzycowa
Wartość energetyczna: 2281.4 kcal
Białko ogółem: 111.7 g
Węglowodany ogółem: 244.1 g
Tłuszcz: 79.4 g
Sól: 5.7 g
Błonnik pokarmowy: 27.5 g
Suma cukrów prostych: 35.9 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.9 g

Jadłospis może ulec zmianie