

PONIEDZIAŁEK 29.09.2025

DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Twaróg z koperkiem 60g, szynka wp 50g, dżem 25g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, sałata 20g, pomidor 50g, ogórek 60g Alergeny (mleko i przetwory, gluten, soja)	Piastowska z makaronem 350ml, karczek duszony w sosie własnym 130g, ziemniaki 200g, kapusta z pomidorami 130g, kompot 250ml PODWIECZOREK – jabłko Alergeny (mleko i przetwory, soja, gluten, jajka, seler)	Polęd. drobiowa 50g, ser topiony 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, ogórek 60g, pomidor 50g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty, gluten, soja)

Wartość odżywcza: energia 2121Kcal/6509kJ białko 89,14g węglowodany 306,20g tłuszcz 63,37g sól 5,04g

DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Twaróg z koperkiem 60g, szynka wp 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, sałata 20g, pomidor 50g, ogórek 60g Alergeny (mleko i przetwory, gluten, soja)	Piastowska z makaronem 350ml, schab duszony z warzywami 130g, ziemniaki 200g, kapusta z pomidorami 130g, kompot b/c 250ml Alergeny (gluten, jajka, seler, mleko i przetwory, soja)	Polęd. drob 50g, ser topiony 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, sałata 20g, ogórek 60g, pomidor 50g Alergeny (mleko i produkty, gluten, soja)

DIETA TRZUSTKOWA

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Twaróg z koperkiem 30g, szynka wp 70g, masło 12,5g zaw tł.82%, dżem 25g, pomidor 50g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i przetwory, gluten, soja)	Jarzynowa z makaronem 350ml, schab duszony z warzywami 130g, ziemniaki 200g, brokuły gotowane 130g, kompot 250ml Alergeny (jajka, gluten, mleko i przetwory, seler)	Polęd. drob 80g, dżem 25g, masło 12,5g zaw tł.82%, sałata 20g, pomidor 50g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty, gluten, soja)

WTOREK 30.09.2025		
DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA		
ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Jajko ze szczypiorkiem 60g, pomidor 50g, ogórek 60g, polęd.sopocka 50g, miód 25g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml Alergeny (mleko i przetwory,gluten,jajka)	Rosół z makaronem 350ml, kurczak pieczony 140g, ziemniaki z koperkiem 200g, surówka z marchewki i jabłka ze śmietaną 130g, kompot 250ml PODWIECZOREK – jogurt naturalny 150g Alergeny (mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)	krakowska 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml, sałata 20g, rzodkiewka 30g, ogórek 60g, pomidor 50g Alergeny (mleko i produkty,gluten,soja)
Wartość odżywcza: energia 2137Kcal/6330kJ węglowodany 313g białko 88,77g, tłuszcz 61,96g, sól 6,08g		
DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW		
ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Jajko ze szczypiorkiem 60g, polęd.sopocka 50g,masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, sałatka z ogórka zielonego i koperku 50g Alergeny (mleko i przetwory,gluten,jajka)	Rosół z makaronem 350ml, kurczak duszony w warzywach 140g, ziemniaki 200g, surówka z marchwi i jabłka z oliwa 130g, kompot b/c 250ml Alergeny (gluten,jajka,seler,soja)	krakowska 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g,herbata b/c 250ml,sałata 20g, rzodkiewka 30g,pomidor 50g, ogórek 60g Alergeny (mleko i produkty,gluten,soja)
DIETA TRZUSTKOWA		
ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Jajko ze szczypiorkiem 30g, polęd.sopocka 70g, masło 12,5g zaw tł.82%, dżem 25g,pomidor 50g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i przetwory,gluten,jajka)	Kasza manna na wywarze z warzyw 350ml, kurczak duszony z warzywami 140g, ziemniaki 200g, marchewka gotowana 130g, kompot 250ml Alergeny (gluten,seler)	krakowska 50g, twaróg 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, sałata 20g, pomidor b/skóry 50g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty,gluten,soja)

ŚRODA 1.10.2025

DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Ser żółty 50g, polędwica sopocka 30g, dżem 25g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, pomidor 50g, ogórek 50g Alergeny (mleko i przetwory, gluten, soja)	Selerowa z ziemniakami 350ml, gulasz wołowy dietetyczny 130g, kasza bulgur 200g, szpinak 130g, kompot 250ml PODWIECZOREK – galaretka z owocami 150g Alergeny (mleko i przetwory, soja, gluten, jajka, seler)	Szynka drob 40g, jajko 1szt, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, ogórek 60g, sałata 20g, pomidor 50g, Alergeny (mleko i produkty, gluten, soja, jajka)

Wartość odżywcza: energia 2509Kcal/7164kJ węglowodany 377,99g białko 102,99g, tłuszcz 68,97g sól 7,14g

DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Polędwica sopocka 30g, serek topiony 15g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, pomidor 50g, sałata 20g, ogórek 60g Alergeny (mleko i przetwory, gluten, soja)	Szczawiowa z jajkiem 350ml, gulasz wołowy dietetyczny 130g, kasza bulgur 200g, surówka z kapusty pekińskiej i jabłka 130g, kompot b/c 250ml Alergeny (gluten, jajka, seler, mleko i przetwory)	Szynka drob 40g, jajko 1szt, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, sałata 20g, ogórek 60g Alergeny (mleko i produkty, jajka, gluten, soja)

DIETA TRZUSTKOWA

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Polędwica sopocka 70g, dżem 25g, masło 12,5g zaw tł.82%, sałata 20g, pomidor 50g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i przetwory, gluten, soja)	Selerowa z ziemniakami 350ml, gulasz wołowy dietetyczny 130g, ziemniaki 200g, szpinak 130g, kompot 250ml Alergeny (jajka, gluten, mleko i przetwory, seler)	Twaróg 80g, miód 25g, masło 12,5g zaw tł.82%, sałata 20g, pomidor 50g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty, seler, gluten, soja)

CZWARTEK 2.10.2025**DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA**

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z kukurydzy 60g, krakowska 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, ogórek 50g, pomidor 50g Alergeny (mleko i przetwory, gluten, soja)	Pejzanka z ziemniakami 350ml, klopsik mielony pieczony 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, surówka z selera i jabłka ze śmietaną 130g, kompot 250ml PODWIECZOREK – banan Alergeny (mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)	Szynka got 50g, pomidor 50g, ogórek 60g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, sałata 20g Alergeny (mleko i produkty, jajka, seler, gorczyca, gluten, soja)

Wartość odżywcza: energia 2283 KCAL/7177kJ węglowodany 374,39g białko 90,05g tłuszcz 54,42g sól 5,49g

DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z kukurydzy 60g, krakowska 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, ogórek 50g, pomidor 50g Alergeny (mleko i przetwory, gluten, soja)	Pejzanka z ziemniakami 350ml, klopsik mielony pieczony 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, surówka z selera i jabłka z oliwą 130g, kompot b/c 250ml Alergeny (gluten, jajka, seler,)	Szynka got 50g, pomidor 50g, ogórek 60g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, sałata 20g Alergeny (mleko i produkty, jajka, seler, gluten, soja)

DIETA TRZUSTKOWA

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Twaróg 80g, pasta z kukurydzy 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pomidor 50g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i przetwory, gluten,)	Ziemniaczanka 350ml, klopsik gotowany 130g, ziemniaki 200g, marchewka mini 130g, kompot 250ml Alergeny (jajka, gluten, mleko i przetwory, seler)	Szynka got 30g, ogórek 60g, pomidor 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty, jajka, seler, gluten, soja)

PIĄTEK 3.10.2025

DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g, połud.sopocka 50g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml, sałata 20g, pomidor 50g, ogórek 60g Alergeny (mleko i przetwory, gluten, jajka, soja)	Barszcz czerwony czysty z makaronem 350ml,ryba smażona 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, surówka z kiszonej kapusty 130g, kompot 250ml PODWIECZOREK – jabłko Alergeny (mleko i przetwory, soja, gluten, jajka,ryba,seler)	Szynka drob 50g,masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml,pomidor 50g, ogórek 60g, sałata 20g Alergeny (mleko i produkty,gluten,soja)

Wartość odżywcza:energia 2109Kcal/6230kJ węglowodany326,81g białko 95,55g tłuszcz 51,13g sól 5,51g

DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g, połud.sopocka 50g,masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, sałata 20g, pomidor 50g Alergeny (mleko i przetwory, gluten, jajka, soja)	Barszcz czerwony czysty z makaronem 350ml,ryba duszona w warzywach 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, surówka z kiszonej kapusty 130g,kompot b/c 250ml Alergeny (gluten,jajka,seler,mleko i przetwory,ryby,soja)	Szynka drob 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g,herbata b/c 250ml,pomidor 50g, ogórek 60g Alergeny (mleko i produkty,gluten,soja)

DIETA TRZUSTKOWA

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z jajkiem ze szczypiorkiem 30g, połud.sopocka 70g,masło 12,5g zaw tł.82%, dżem 25g,sałata 20g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i przetwory, gluten, jajka, soja)	Barszcz czerwony czysty z makaronem 350ml,ryba duszona w warzywach 130g,, ziemniaki 200g, brokuły gotowane 130g, kompot 250ml Alergeny (jajka,gluten,mleko i przetwory, seler,ryby)	Szynka drob 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, sałata 20g,pomidor b/skóry 50g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty,gluten,soja)

SOBOTA 4.10.2025**DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA**

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z ryby wędzonej 60g, szynka wp 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, sałata 20g, pomidor 50g, ogórek 60g Alergeny (mleko i przetwory, gluten, ryba, gluten)	jarzynowa 350ml, łopatka duszona w sosie własnym 130g, ziemniaki 200g, fasolka szparagowa gotowana 130g, kompot 250ml PODWIECZOREK – jabłko Alergeny (mleko i przetwory, gluten, seler)	Pasztet drob 60g, ser topiony 15g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, sałata 20g, ogórek 50g, pomidor 50g Alergeny (mleko i produkty, gluten, soja)

Wartość odżywcza: energia 2309Kcal/7222kJ węglowodany 326,48g białko 104,78g tłuszcz 68,54g sól 5,26g

DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z ryby wędzonej 60g, szynka wp 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, sałata 20g, pomidor 50g, ogórek 60g Alergeny (mleko i przetwory, gluten, ryba, soja)	Jarzynowa 350ml, łopatka duszona w sosie własnym 130g, ziemniaki 200g, fasolka szparagowa gotowana 130g kompot b/c 250ml Alergeny (gluten, seler, mleko i przetwory)	Pasztet drob.60g, ser topiony 15g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, sałata 20g, ogórek 50g, pomidor 50g Alergeny (mleko i produkty, gluten, soja)

DIETA TRZUSTKOWA

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z ryby wędzonej 60g, szynka wp 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, dżem 25g, sałata 20g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, ogórek 60g, pomidor 50g Alergeny (mleko i przetwory, gluten, jajka)	Jarzynowa 350ml, łopatka duszona z warzywami 130g, ziemniaki 200g, bukiet warzyw gotowanych 130g, kompot 250ml Alergeny (gluten, mleko i przetwory, seler)	Pasztet drob 80g, dżem 25g, masło 12,5g zaw tł.82%, sałata 20g, pomidor 50g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty, gluten, soja)

NIEDZIELA 5.10.2025		
DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA		
ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z soczewicy 60g, wędlina drob 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, sałata 20g, rzodkiewki 50g, pomidor 50g, ogórek 60g Alergeny (mleko i przetwory, gluten, soja)	Zalewajka dietetyczna 350ml, schab duszony w sosie koperkowym 130g, ryż brązowy 200g, marchewka gotowana z kukurydzą 130g, kompot 250ml PODWIECZOREK – jogurt naturalny 150g Alergeny (mleko i przetwory, gluten, seler)	krakowska 50g, dżem 25g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, pomidor 50g, ogórek 60g, sałata 20g Alergeny (mleko i produkty, gluten, soja)
Wartość odżywcza: energia 2423Kcal/7724kJ węglowodany 396,23g białko 116,32g tłuszcz 48,27g sól 5,94g		
DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW		
ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z soczewicy 60g, wędlina drob.30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, sałata 20g, rzodkiewki 50g Alergeny (mleko i przetwory, gluten, soja)	Zalewajka dietetyczna 350ml, schab duszony w sosie koperkowym 130g, ziemniaki 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml Alergeny (gluten, jajka, seler, mleko i przetwory, soja)	krakowska 50g, twaróg 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, sałata 20g, pomidor 50g, ogórek 60g Alergeny (mleko i produkty, gluten, soja)
DIETA TRZUSTKOWA		
ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z soczewicy 40g, wędlina drob 60g, masło 12,5g zaw tł.82%, dżem 25g, ogórek 60g, pomidor 50g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i przetwory, gluten, soja)	Zacierka na jarzynach 350ml, schab duszony w sosie koperkowym 130g, ziemniaki 200g, brokuły gotowane 130g, kompot 250ml Alergeny (gluten, mleko i przetwory, seler)	krakowska 80g, twaróg 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, sałata 20g, ogórek 60g, pomidor 50g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty, gluten, soja)

