

| <b>PONIEDZIAŁEK 10.11.2025</b>                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA</b>                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                  |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                                              | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                          | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                                   |
| Pasta z kukurydzy 60g, szynka z indyka 50g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 60g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty,gluten,soja, jajka)</b>     | Ogórkowa z ziemniakami 350ml, makaron z sosem bolognese 300g, sałata z kefirem 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – owoc<br><b>Alergeny (mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | 1 jajko, polędwica sopocka 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 50g,herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory,gluten,soja, jajko)</b>     |
| Wartość odżywcza:energia 1986Kcal/kJ, węglowodany 295,31g, białko 92,66g, tłuszcze 52,54g,sól 4,60g                                                                                                           |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                  |
| <b>DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                  |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                                              | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                          | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                                   |
| Pasta z kukurydzy 60g, szynka z indyka 50g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 60g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty,gluten,soja, jajka)</b> | Ogórkowa z ziemniakami 350ml, makaron z sosem bolognese 300g,sałata z kefirem 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny (mleko i przetwory, gluten, seler)</b>                            | 1 jajko, polędwica sopocka 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 50g,herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory,gluten,soja, jajko)</b> |
| <b>DIETA TRZUSTKOWA</b>                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                  |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                                              | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                          | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                                   |
| Pasta z kukurydzy 60g, szynka z indyka 50g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 60g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty,gluten,soja, jajka)</b>     | Ziemniaczana z zieleniną 350ml, makaron z sosem bolognese 300g, sałata z kefirem 130g, kompot 250ml<br><b>Alergeny (mleko i przetwory, gluten, seler)</b>                             | 1 jajko, polędwica sopocka 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 50g,herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory,gluten,soja, jajko)</b>     |

| WTOREK 11.11.2025                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                |
| ŚNIADANIE                                                                                                                                                                           | OBIAD                                                                                                                                                                                                                           | KOLACJA                                                                                                                                                                                        |
| Dżem 25g, krakowska 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml, ogórek 50g,pomidor 50g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b>     | Ryż na jarzynach 350ml, wołowina gotowana w sosie dietetycznym 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> –jogurt naturalny 150ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Twaróg plaster, szynka wędzona 50g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 60g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty,gluten,soja)</b>     |
| Wartość odżywcza: energia 1828 kcal/ węglowodany 223,1 g białko 75,9 g tłuszcz 69,3g sól 6,13 g                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                |
| DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                |
| ŚNIADANIE                                                                                                                                                                           | OBIAD                                                                                                                                                                                                                           | KOLACJA                                                                                                                                                                                        |
| Dżem 25g, krakowska 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata b/c 250ml, ogórek 50g,pomidor 50g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Ryż na jarzynach 350ml, wołowina gotowana w sosie dietetycznym 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b>                                            | Twaróg plaster, szynka wędzona 50g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 60g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty,gluten,soja)</b> |
| DIETA TRZUSTKOWA                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                |
| ŚNIADANIE                                                                                                                                                                           | OBIAD                                                                                                                                                                                                                           | KOLACJA                                                                                                                                                                                        |
| Dżem 25g, krakowska 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml, ogórek 50g,pomidor 50g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b>     | Ryż na jarzynach 350ml, wołowina gotowana w sosie dietetycznym 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b>                                                | Twaróg plaster, szynka wędzona 50g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 60g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty,gluten,soja)</b>     |

**ŚRODA 12.11.2025****DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                          | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                 | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Polędwica sopocka 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 50g, sałata 20g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory,gluten,soja)</b> | Pietruszkowa z ziemniakami 350ml, kurczak pieczony 130g, ziemniaki 200g, warzywa gotowane 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – galaretka owocowa<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Serek homogenizowany naturalny 150g, szynka wp 30g,ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 50g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory,gluten,soja)</b> |

Wartość odżywcza: energia 1902 kcal/ węglowodany 234,52 g białko 94,34g tłuszcz 60,57g sól 6,57g

**DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                              | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                          | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Polędwica sopocka 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 50g, sałata 20g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory,gluten,soja)</b> | Pietruszkowa z ziemniakami 350ml, kurczak pieczony 130g, ziemniaki 200g, warzywa gotowane 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Serek homogenizowany naturalny 150g, szynka wp 30g,ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 50g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory,gluten,soja)</b> |

**DIETA TRZUSTKOWA**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                          | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                      | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Polędwica sopocka 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 50g, sałata 20g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory,gluten,soja)</b> | Pietruszkowa z ziemniakami 350ml, kurczak pieczony 130g, ziemniaki 200g, warzywa gotowane 130g, kompot 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Serek homogenizowany naturalny 150g, szynka wp 30g,ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 50g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory,gluten,soja)</b> |

| <b>CZWARTEK 13.11.2025</b>                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA</b>                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                 |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                                            | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                                     | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                                  |
| Pasztet drob 60g, szynka gotowana 50g,<br>ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,<br>pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml,<br>pomidor 50g, ogórek 50g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory,gluten,soja)</b>     | Szczawiowa z ziemniakami 350ml,<br>biodrówka duszona w sosie własnym 130g,<br>kasza bulgur 200g, surówka 130g, kompot<br>250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – owoc<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten,<br/>           seler)</b> | Miód 25g ,wędlina drob. 60g,ser żółty 30g,<br>masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo<br>mieszane 110g,herbata 250ml, pomidor<br>50g, ogórek 50g,<br><b>Alergeny(mleko i przetwory,gluten,soja)</b>     |
| Wartość odżywcza: energia 2012 kcal/ węglowodany 219,4 g białko 96,1g tłuszcz 74,1g sól 7,22g                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                 |
| <b>DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                 |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                                            | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                                     | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                                  |
| Pasztet drob 60g, szynka gotowana 50g,<br>ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,<br>pieczywo mieszane 110g, herbata b/c<br>250ml, pomidor 50g, ogórek 50g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory,gluten,soja)</b> | Szczawiowa z ziemniakami 350ml,<br>biodrówka duszona w sosie własnym 130g,<br>kasza bulgur 200g, surówka 130g, kompot<br>b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten,<br/>           seler)</b>                           | Miód 25g ,wędlina drob. 60g,ser żółty 30g,<br>masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo<br>mieszane 110g,herbata b/c 250ml,<br>pomidor 50g, ogórek 50g,<br><b>Alergeny(mleko i przetwory,gluten,soja)</b> |
| <b>DIETA TRZUSTKOWA</b>                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                 |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                                            | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                                     | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                                  |
| Pasztet drob 60g, szynka gotowana 50g,<br>ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,<br>pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml,<br>pomidor 50g, ogórek 50g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory,gluten,soja)</b>     | Szczawiowa z ziemniakami 350ml,<br>biodrówka duszona w sosie własnym 130g,<br>kasza bulgur 200g, surówka 130g, kompot<br>250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten,<br/>           seler)</b>                               | Miód 25g ,wędlina drob. 60g,ser żółty 30g,<br>masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo<br>mieszane 110g,herbata 250ml, pomidor<br>50g, ogórek 50g,<br><b>Alergeny(mleko i przetwory,gluten,soja)</b>     |

| <b>PIĄTEK 14.11.2025</b>                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA</b>                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                          |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                                | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                      | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                           |
| Serek topiony 15g, szynka wp 30g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 50g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b>     | Koperkowa z makaronem 350ml, kotlet z jajka 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – jogurt owocowy 150g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)</b> | Polęd.drob 50g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 50g, sałata 20g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty, gluten, soja)</b>     |
| Wartość odżywcza: energia 1888,7 kcal/ węglowodany 208,96g białko 83,6g tłuszcz 79,77g sól 6,31g                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                          |
| <b>DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                          |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                                | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                      | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                           |
| Serek topiony 15g, szynka wp 30g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 50g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Koperkowa z makaronem 350ml, kotlet z jajka 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)</b>                                          | Polęd.drob 50g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 50g, sałata 20g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty, gluten, soja)</b> |
| <b>DIETA TRZUSTKOWA</b>                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                          |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                                | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                      | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                           |
| Serek topiony 15g, szynka wp 30g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 50g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b>     | Koperkowa z makaronem 350ml, kotlet z jajka 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)</b>                                              | Polęd.drob 50g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 50g, sałata 20g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty, gluten, soja)</b>     |

| <b>SOBOTA 15.11.2025</b>                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA</b>                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                             | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                                             | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                                 |
| Dżem 25g, polędwica sopocka 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 50g,herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory ,gluten, soja)</b>     | Grycikowa z zieleniną 350ml, pulpet w sosie pomidorowym 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, warzywa gotowane 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – jogurt naturalny 150g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)</b> | Pasta z fasoli 60g, krakowska 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml, ogórek 50g, pomidor 50g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b>     |
| Wartość odżywcza: energia 1965 kcal/ węglowodany 215,9 g białko 89,2 g tłuszcz 76,1 g sól 6,04 g                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                |
| <b>DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                             | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                                             | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                                 |
| Dżem 25g, polędwica sopocka 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 50g,herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Grycikowa z zieleniną 350ml, pulpet w sosie pomidorowym 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, warzywa gotowane 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)</b>                                            | Pasta z fasoli 60g, krakowska 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata b/c 250ml, ogórek 50g, pomidor 50g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |
| <b>DIETA TRZUSTKOWA</b>                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                             | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                                             | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                                 |
| Dżem 25g, polędwica sopocka 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 50g,herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b>     | Grycikowa z zieleniną 350ml, pulpet w sosie pomidorowym 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, warzywa gotowane 130g, kompot 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)</b>                                                | Pasta z fasoli 60g, krakowska 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml, ogórek 50g, pomidor 50g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b>     |

| <b>NIEDZIELA 16.11.2025</b>                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA</b>                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                              |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                                 | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                        | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                                               |
| 1 jajko, szynka wędzona 50g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 60g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty, gluten, soja, jajka)</b>     | Barszcz biały 350ml, schab panierowany 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, szpinak gotowany 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – galaretką owocową<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler, jajka)</b> | Salatka jarzynowa 80g, szynka gotowana 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, pomidor 50g, ogórek 50g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajka)</b> |
| Wartość odżywcza: energia 1828 kcal/ węglowodany 223,1 g białko 75,9 g tłuszcz 69,3g sól 6,13 g                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                              |
| <b>DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                              |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                                 | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                        | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                                               |
| 1 jajko, szynka wędzona 50g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 60g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty, gluten, soja, jajka)</b> | Barszcz biały 350ml, schab panierowany 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, szpinak gotowany 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler, jajka)</b>                                        | Salatka jarzynowa 80g, szynka gotowana 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, pomidor 50g, ogórek 50g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajka)</b> |
| <b>DIETA TRZUSTKOWA</b>                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                              |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                                 | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                        | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                                               |
| 1 jajko, szynka wędzona 50g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 60g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty, gluten, soja, jajka)</b>     | Barszcz biały 350ml, schab w sosie dietetycznym 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, szpinak gotowany 130g, kompot 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler, jajka)</b>                                   | Salatka jarzynowa 80g, szynka gotowana 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, pomidor 50g, ogórek 50g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajka)</b> |