

**ŚRODA 14.10.2026****DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                    | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                    | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Dżem 25g, wędlina 20g, ser żółty 40g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Barszcz biały 350ml, gulasz drobiowy 130g, kasza gryczana 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – kisiel<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Krakowska 60g, serek topiony 15g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

Wartość odżywcza: energia 1956 kcal, węglowodany 221g, białko 81g, tłuszcz 79g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18g, błonnik 18g, sól 6,6g

**DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                 | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                        | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Serek topiony 15g, wędlina 20g, ser żółty 40g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Barszcz biały 350ml, gulasz drobiowy 130g, kasza gryczana 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Krakowska 60g, serek topiony 15g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

**DIETA TRZUSTKOWA**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                    | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                      | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Dżem 25g, wędlina 20g, ser żółty 40g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Barszcz biały 350ml, gulasz drobiowy 130g, kasza jęczmienna 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Krakowska 60g, serek topiony 15g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

| <b>CZWARTEK 15.10.2026</b>                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA</b>                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                         |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                        | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                            | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                                          |
| Szynka z indyka 50g, ser żółty 40g, miód 25g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty, gluten, soja)</b>              | Rosół 350 ml, gotowany schab w sosie dietetycznym 130g, kasza gryczana 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – galaretka owocowa<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Polędwica sopocka 50g, jajko ze szczypiorkiem i majonezem 60g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajka)</b>     |
| Wartość odżywcza: energia 1981 kcal, węglowodany 226g, białko 83g, tłuszcz 78g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18g, błonnik 17g, sól 6,6g                                              |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                         |
| <b>DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                         |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                        | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                            | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                                          |
| Szynka z indyka 50g, ser żółty 40g, serek topiony 15g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty, gluten, soja)</b> | Rosół 350 ml, gotowany schab w sosie dietetycznym 130g, kasza gryczana 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b>                                        | Polędwica sopocka 50g, jajko ze szczypiorkiem i majonezem 60g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajka)</b> |
| <b>DIETA TRZUSTKOWA</b>                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                         |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                        | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                            | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                                          |
| Szynka z indyka 50g, ser żółty 40g, miód 25g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty, gluten, soja)</b>              | Rosół 350 ml, gotowany schab w sosie dietetycznym 130g, kasza gryczana 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b>                                            | Polędwica sopocka 50g, jajko z majonezem 60g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajka)</b>                      |

**PIĄTEK 16. 10. 2026****DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                              | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                               | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Twaróg z rzodkiewką 100g, szynka wieprzowa 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Brokułowa z kaszą manną 350ml, ryba duszona w warzywach 130g, gotowane ziemniaki 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – jogurt owocowy<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, soja, gluten, seler, ryby)</b> | Dżem 25g, wędlina drob. 60g, ser żółty 40g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

Wartość odżywcza: energia 2010 kcal, węglowodany 225g, białko 88g, tłuszcz 77g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19g, błonnik 17g, sól 6,2g

**DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                              | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                           | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Twaróg z rzodkiewką 100g, szynka wieprzowa 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Brokułowa z kaszą manną 350ml, ryba duszona w warzywach 130g, gotowane ziemniaki 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, soja, gluten, seler, ryby)</b> | Wędlina drob. 60g, ser żółty 40g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, herbata b/c 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

**DIETA TRZUSTKOWA**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                              | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                       | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Twaróg z rzodkiewką 100g, szynka wieprzowa 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Brokułowa z kaszą manną 350ml, ryba duszona w warzywach 130g, gotowane ziemniaki 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, soja, gluten, seler, ryby)</b> | Dżem 25g, wędlina drob. 60g, ser żółty 40g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

| <b>SOBOTA 17.10.2026</b>                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA</b>                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                           |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                            | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                       | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                            |
| Pasta z fasoli 60g, ser żółty 40g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajka)</b>     | Pieczarkowa 350ml, biodrówka duszona w sosie własnym 130g, kasza jęczmienna 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – galaretka owocowa<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, soja, gluten, seler)</b> | Parówki z wody 2 szt - 120g masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |
| Wartość odżywcza: energia 2003 kcal, węglowodany 231g, białko 87g, tłuszcz 79g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19g, błonnik 18,5g, sól 6,9g                                |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                           |
| <b>DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                           |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                            | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                       | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                            |
| Pasta z fasoli 60g, ser żółty 40g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, herbata b/c 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajka)</b> | Pieczarkowa 350ml, biodrówka duszona w sosie własnym 130g, kasza jęczmienna 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, soja, gluten, seler)</b>                                        | Parówki z wody 2 szt - 120g masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |
| <b>DIETA TRZUSTKOWA</b>                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                           |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                            | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                       | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                            |
| Pasta z fasoli 60g, ser żółty 40g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajka)</b>     | Pieczarkowa 350ml, biodrówka duszona w sosie własnym 130g, kasza jęczmienna 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, soja, gluten, seler)</b>                                            | Parówki z wody 2 szt - 120g masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

| <b>NIEDZIELA 18.10.2026</b>                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA</b>                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                    |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                        | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                                | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                     |
| Polędwica sopocka 50g, ser żółty 40g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b>     | Zupa z warzyw pieczonych z ziemniakami 350ml, kurczak pieczony 130g, gotowane ziemniaki 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> - serek homogenizowany<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Sałatka makaronowa 80g, szynka wieprzowa 40g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajka)</b> |
| Wartość odżywcza: energia 1998 kcal, węglowodany 229g, białko 90g, tłuszcz 77g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,5g, błonnik 18g, sól 6,9g                            |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                    |
| <b>DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                    |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                        | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                                | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                     |
| Polędwica sopocka 50g, ser żółty 40g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Zupa z warzyw pieczonych z ziemniakami 350ml, kurczak pieczony 130g, gotowane ziemniaki 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b>                                           | Sałatka makaronowa 80g, szynka wieprzowa 40g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajka)</b>          |
| <b>DIETA TRZUSTKOWA</b>                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                    |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                        | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                                | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                     |
| Polędwica sopocka 50g, ser żółty 40g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b>     | Zupa z warzyw pieczonych z ziemniakami 350ml, kurczak gotowany 130g, gotowane ziemniaki 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b>                                               | Sałatka makaronowa 80g, szynka wieprzowa 40g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajka)</b> |

| <b>PONIEDZIAŁEK 19.10.2026</b>                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA</b>                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                 |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                         | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                  | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                  |
| Twaróg z rzodkiewką 100g, wędlina 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b>     | Zacierka na jarzynach 350ml, potrawka z kurczaka 130g, makaron gotowany 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – galaretka owocowa 150g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Wędlina drob. 60g, ser żółty 40g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |
| Wartość odżywcza: energia 2000 kcal, węglowodany 231g, białko 87 g, tłuszcz 76 g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17g, błonnik 18g, sól 6,9g                             |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                 |
| <b>DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                 |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                         | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                  | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                  |
| Twaróg z rzodkiewką 100g, wędlina 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Zacierka na jarzynach 350ml, potrawka z kurczaka 130g, makaron gotowany 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b>                                             | Wędlina drob. 60g, ser żółty 40g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |
| <b>DIETA TRZUSTKOWA</b>                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                 |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                         | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                  | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                  |
| Twaróg z rzodkiewką 100g, wędlina 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b>     | Zacierka na jarzynach 350ml, potrawka z kurczaka 130g, makaron gotowany 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – galaretka owocowa 150g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Wędlina drob. 60g, ser żółty 40g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

**WTOREK 20.10.2026****DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                              | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Serek topiony 15g, krakowska 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Ogórkowa z ziemniakami 350ml, schab pieczony w sosie własnym 130g, gotowane ziemniaki 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – owoc<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Pasztet drob 60g, ser żółty 40g, wędlina 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

Wartość odżywcza: energia 1985 kcal, węglowodany 233g, białko 86 g, tłuszcz 77 g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18g, błonnik 18g, sól 6,7g

**DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                    | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Serek topiony 15g, krakowska 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Ogórkowa z ziemniakami 350ml, schab pieczony w sosie własnym 130g, gotowane ziemniaki 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Pasztet drob 60g, ser żółty 40g, wędlina 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

**DIETA TRZUSTKOWA**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                  | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Serek topiony 15g, krakowska 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Ogórkowa z ziemniakami 350ml, schab pieczony w sosie własnym 130g, gotowane ziemniaki 200g, kompot 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Pasztet drob 60g, ser żółty 40g, wędlina 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

**ŚRODA 21.10.2026****DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                              | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                              | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Polędwica sopocka 50g, ser żółty 40g, miód 25g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Zacierka na jarzynach 350ml, gotowany pulpet w sosie pomidorowym 130g, kasza kuskus 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – kisiel<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Dżem 25g, szynka sopocka 60g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

Wartość odżywcza: energia 1993 kcal, węglowodany 235g, białko 86 g, tłuszcz 76 g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17g, błonnik 17g, sól 6,5g

**DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                  | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                  | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Polędwica sopocka 50g, ser żółty 40g, miód 25g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Zacierka na jarzynach 350ml, gotowany pulpet w sosie pomidorowym 130g, kasza kuskus 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | 1 jajko, szynka sopocka 60g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajka)</b> |

**DIETA TRZUSTKOWA**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                              | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Polędwica sopocka 50g, ser żółty 40g, miód 25g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Zacierka na jarzynach 350ml, gotowany pulpet w sosie pomidorowym 130g, kasza kuskus 200g, kompot 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Dżem 25g, szynka sopocka 60g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

**CZWARTEK 22.10.2026****DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                              | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                                        | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Twaróg plaster 100g, ser żółty 40g, wędlina 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty, gluten, soja)</b> | Marchewkowa z ziemniakami 350ml, filet z kurczaka gotowany w sosie dietetycznym 130g, kasza kuskus 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – galaretka owocowa<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Polędwica sopocka 50g, jajko ze szczypiorkiem i majonezem 60g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajko)</b> |

Wartość odżywcza: energia 1987 kcal, węglowodany 231g, białko 84g, tłuszcz 75g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,5g, błonnik 18g, sól 6,6g

**DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                  | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                 | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Twaróg plaster 100g, ser żółty 40g, wędlina 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml b/c<br><b>Alergeny(mleko i produkty, gluten, soja)</b> | Marchewkowa z ziemniakami 350ml, filet z kurczaka gotowany w sosie dietetycznym 130g, kasza kuskus 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Polędwica sopocka 50g, jajko ze szczypiorkiem i majonezem 60g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajko)</b> |

**DIETA TRZUSTKOWA**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                              | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                             | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Twaróg plaster 100g, ser żółty 40g, wędlina 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty, gluten, soja)</b> | Marchewkowa z ziemniakami 350ml, filet z kurczaka gotowany w sosie dietetycznym 130g, kasza kuskus 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Polędwica sopocka 50g, jajko z majonezem 60g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajko)</b> |

| <b>PIĄTEK 23. 10. 2026</b>                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA</b>                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                           |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                   | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                            |
| Dżem 25g, ser żółty 40g, wędlina 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b>             | Krupnik z kaszy jęczmiennej 350ml, makaron z twarogiem, cynamonem i cukrem 300g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – jogurt owocowy<br><b>Alergeny(jaja, mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Pasztet drobiowy 60g, szynka wędzona 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80 g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty,gluten,soja)</b>     |
| Wartość odżywcza: energia 1987 kcal, węglowodany 231g, białko 84g, tłuszcz 75g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,5g, błonnik 18g, sól 6,6g                                    |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                           |
| <b>DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                           |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                   | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                            |
| Serek topiony 15g, ser żółty 40g, wędlina 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g,herbata b/c 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Krupnik z kaszy jęczmiennej 350ml, makaron z twarogiem, cynamonem i cukrem 300g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(jaja, mleko i przetwory, gluten, seler)</b>                                     | Pasztet drobiowy 60g, szynka wędzona 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80 g, warzywa 80g, 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>                                                                                                                                                            |
| Dżem 25g, ser żółty 40g, wędlina 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80g, herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b>             | Krupnik z kaszy jęczmiennej 350ml, makaron z twarogiem, cynamonem i cukrem 300g, kompot 250ml<br><b>Alergeny(jaja, mleko i przetwory, gluten, seler)</b>                                                       | Pasztet drobiowy 60g, szynka wędzona 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 80 g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty,gluten,soja)</b>     |