

## ŚRODA 26.08.2026

### DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA

| ŚNIADANIE                                                                                                                                                                                 | OBIAD                                                                                                                                                                                                                                      | KOLACJA                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Pasta z jajkiem ze szczypiorkiem 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajka)</b> | Brokułowa z kaszą manną 350ml, łopatka duszona w warzywach 130g, gotowane ziemniaki z koperkiem 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – jogurt naturalny 150g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler, soja)</b> | Szynka drobiowa 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, warzywa 80g <b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

Wartość odżywcza: energia 1920 kcal, węglowodany 215g, białko 78g, tłuszcz 84g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 20g, błonnik 18g, sól 6,95g

### DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW

| ŚNIADANIE                                                                                                                                                                                     | OBIAD                                                                                                                                                                                          | KOLACJA                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Pasta z jajkiem ze szczypiorkiem 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajka)</b> | Brokułowa z kaszą manną 350ml, łopatka duszona w warzywach 130g, gotowane ziemniaki z koperkiem 200g, surówka 130g kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler, soja)</b> | Szynka drobiowa 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, warzywa 80g <b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

### DIETA TRZUSTKOWA

| ŚNIADANIE                                                                                                                                                                                 | OBIAD                                                                                                                                                                                       | KOLACJA                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Pasta z jajkiem ze szczypiorkiem 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajka)</b> | Brokułowa z kaszą manną 350ml, łopatka duszona w warzywach 130g, gotowane ziemniaki z koperkiem 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler, soja)</b> | Szynka drobiowa 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

**CZWARTEK 27.08.2026****DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                 | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                  | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Twaróg plaster 100g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty ,gluten, soja)</b> | Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml, schab pieczony w sosie własnym 130g, kasza gryczana 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – owoc<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Wędlina drob. 60g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

Wartość odżywcza: energia 1850 kcal, węglowodany 240g, białko 75g, tłuszcz 65g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18g, błonnik 20g, sól 6g

**DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                    | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                       | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Twaróg plaster 100g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82 warzywa 80g, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty, soja, gluten)</b> | Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml, schab pieczony w sosie własnym 130g, kasza gryczana 200g, surówka 130g kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Wędlina drob. 60g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, 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 plaster 100g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty, gluten, soja)</b> | Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml, schab pieczony w sosie własnym 130g, kasza jęczmienna 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Wędlina drob. 60g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

**PIĄTEK 28.08.2026****DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                     | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                          | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Dżem 25g, wędlina 20g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g , herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Pomidorowa z makaronem 350ml, duszona wątróbka drobiowa z cebulką 140g, gotowane ziemniaki 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – kisiel 150g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Krakowska 60g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

Wartość odżywcza: energia 1950 kcal, węglowodany 265g, białko 82g, tłuszcz 68g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19g, błonnik 19g, sól 6,2g

**DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                 | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                         | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Serek topiony 15g, wędlina 20g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Pomidorowa z makaronem 350ml, duszona wątróbka drobiowa z cebulką 140g, gotowane ziemniaki 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Krakowska 60g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,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>                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Dżem 25g, wędlina 20g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Pomidorowa z makaronem 350ml, filet z indyka duszony z warzywami 140g, gotowane ziemniaki 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Krakowska 60g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

**SOBOTA 29.08.2026****DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                  | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                             | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Szynka z indyka 50g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty, gluten, soja)</b> | Zacierka na jarzynach 350ml, kurczak pieczony 130g, gotowane ziemniaki z koperkiem 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – galaretka owocowa 150g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Miód 25g, polędwica sopocka 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

Wartość odżywcza: energia 1998 kcal, węglowodany 243g, białko 78g, tłuszcz 72g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 21g, błonnik 20g, sól 5,8g

**DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                      | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                 | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Szynka z indyka 50g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty, gluten, soja)</b> | Zacierka na jarzynach 350ml, kurczak pieczony 130g, gotowane ziemniaki z koperkiem 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Polędwica sopocka 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

**DIETA TRZUSTKOWA**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                  | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                             | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Szynka z indyka 50g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i produkty, gluten, soja)</b> | Zacierka na jarzynach 350ml, kurczak gotowany w warzywach 130g, gotowane ziemniaki 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Miód 25g, polędwica sopocka 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

| <b>NIEDZIELA 30.08.2026</b>                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA</b>                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                         |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                                     | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                          |
| 1 jajko, szynka wp 30g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, jajka, gluten, soja)</b>     | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml, ryba duszona w warzywach 130g, gotowane ziemniaki 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> -jogurt owocowy 150ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, ryba, gluten, seler)</b> | Dżem 25g, wędlina drob. 60g,ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |
| Wartość odżywcza: energia 1989 kcal, węglowodany 256g, białko 83g, tłuszcz 70g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,5g, błonnik 20g, sól 6g                                      |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                         |
| <b>DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                         |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                                     | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                          |
| 1 jajko, szynka wp 30g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, jajka, soja)</b> | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml, ryba duszona w warzywach 130g, gotowane ziemniaki 200g, surówka130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, ryba, gluten, seler)</b>                                           | Wędlina drob. 60g,ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata b/c 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>                                                                                                                                                          |
| 1 jajko, szynka wp 30g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, jajka, soja)</b>     | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml, ryba duszona w warzywach 130g, gotowane ziemniaki 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, ryba, gluten, seler)</b>                                          | Dżem 25g, wędlina drob. 60g,ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |
| <b>PONIEDZIAŁEK 31.08.2026</b>                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                         |
| <b>DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA</b>                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                         |

| <b>PONIEDZIAŁEK 31.08.2026</b>                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                           | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                                             | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                             |
| Pasta z fasoli 60g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajka)</b>     | Zupa z warzyw pieczonych z ziemniakami 350ml, stek mielony drobiowy pieczony 130g, gotowane ziemniaki 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – galaretka owocowa 150g <b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b> | Parówki z wody 2 szt - 120g masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |
| Wartość odżywcza: energia 2001 kcal, węglowodany 243g, białko 81g, tłuszcz 75g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 20g, błonnik 18g, sól 6,8g                                 |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                            |
| <b>DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                            |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                           | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                                                             | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                             |
| Pasta z fasoli 60g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata b/c 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajka)</b> | Zupa z warzyw pieczonych z ziemniakami 350ml, stek mielony drobiowy pieczony 130g, gotowane ziemniaki 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b>                                          | Parówki z wody 2 szt - 120g masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, 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 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajka)</b>     | Zupa z warzyw pieczonych z ziemniakami 350ml, stek mielony drobiowy gotowany 130g, gotowane ziemniaki 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, seler)</b>                                              | Parówki z wody 2 szt - 120g masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, warzywa 80g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

**WTOREK 1.09.2026****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, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Krupnik z ryżu 350ml, smażony panierowany filet z kurczaka 130g, gotowane ziemniaki z koperkiem 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – serek homogenizowany waniliowy 150g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)</b> | Salatka makaronowa 60g, szynka wp 30g,ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajka)</b> |

Wartość odżywcza: energia 1985 kcal, węglowodany 256g, białko 78g, tłuszcz 71g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18g, błonnik 18g, sól 6,5g

**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, warzywa 80g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Krupnik z ryżu 350ml, smażony panierowany filet z kurczaka 130g, gotowane ziemniaki z koperkiem 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)</b> | Salatka makaronowa 60g, szynka wp 30g,ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata b/c 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 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Krupnik z ryżu 350ml, smażony panierowany filet z kurczaka 130g, gotowane ziemniaki z koperkiem 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)</b> | Salatka makaronowa 60g, szynka wp 30g,ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jajka)</b> |

**ŚRODA 2.09.2026**

**DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA**

| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                                                     | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                         | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Pasta z ryby wędzonej ze szczypiorkiem 80g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jaja, ryby)</b> | Rosół 350ml, duszony schab w sosie dietetycznym 130g, gotowane ziemniaki z koperkiem 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – jogurt naturalny 150g | Wędlina drob. 60g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

| ŚRODA 2.09.2026                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                          | Alergeny(gluten, mleko i przetwory, seler)                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                 |
| Wartość odżywcza: energia 2010 kcal, węglowodany 248g, białko 82g, tłuszcz 74g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 20g, błonnik 17g, sól 6,9g                                                               |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                 |
| DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                 |
| ŚNIADANIE                                                                                                                                                                                                | OBIAD                                                                                                                                                                          | KOLACJA                                                                                                                                                         |
| Pasta z ryby wędzonej ze szczypiorkiem 80g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jaja, ryby)</b> | Rosół 350ml, duszony schab w sosie dietetycznym 130g, gotowane ziemniaki z koperkiem 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(gluten, mleko i przetwory, seler)</b> | Wędlina drob. 60g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |
| DIETA TRZUSTKOWA                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                 |
| ŚNIADANIE                                                                                                                                                                                                | OBIAD                                                                                                                                                                          | KOLACJA                                                                                                                                                         |
| Pasta z ryby wędzonej ze szczypiorkiem 80g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja, jaja, ryby)</b>     | Rosół 350ml, duszony schab w sosie dietetycznym 130g, gotowane ziemniaki z koperkiem 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(gluten, mleko i przetwory, seler)</b> | Wędlina drob. 60g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

  

| CZWARTEK 3.09.2026                                                                                                       |                                                                                                                                   |                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA                                                                                          |                                                                                                                                   |                                                                                                                                                          |
| ŚNIADANIE                                                                                                                | OBIAD                                                                                                                             | KOLACJA                                                                                                                                                  |
| Serek topiony 15g, wędlina 30g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml | Szczawiowa z ziemniakami 350ml, gulasz drobiowy 300g, kasza bulgur 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – owoc | Pasztet drob 60g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten,</b> |

| <b>CZWARTEK 3.09.2026</b>                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b>                                                                                                                             | <b>Alergeny(gluten, mleko i przetwory, seler)</b>                                                                                                            | <b>soja)</b>                                                                                                                                                   |
| Wartość odżywcza: energia 1993 kcal, węglowodany 250g, białko 79g, tłuszcz 69g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17g, błonnik 18,5g, sól 6,2g                                 |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                |
| <b>DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                         |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                             | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                 | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                 |
| Serek topiony 15g, wędlina 30g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Szczawiowa z ziemniakami 350ml, gulasz drobiowy 300g, kasza bulgur 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(gluten, mleko i przetwory, seler)</b> | Pasztet drob 60g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, 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>                                                                                                                                                 |
| Serek topiony 15g, wędlina 30g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Szczawiowa z ziemniakami 350ml, gulasz drobiowy 300g, kasza bulgur 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(gluten, mleko i przetwory, seler)</b> | Pasztet drob 60g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> |

| <b>PIĄTEK 4.09.2026</b>                                               |                                                                          |                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| <b>DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA</b>                                |                                                                          |                                                                         |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                      | <b>OBIAD</b>                                                             | <b>KOLACJA</b>                                                          |
| Polędwica sopocka 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo | Barszcz biały 350ml, gotowane pulpety w sosie pomidorowym 130g, gotowane | Dżem 25g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, |

**PIĄTEK 4.09.2026**

|                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b>                                                                              | ziemniaki z koperkiem 200g, surówka 130g, kompot 250ml<br><b>PODWIECZOREK</b> – kisiel 150g<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)</b>                                         | warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b>                                                                                  |
| Wartość odżywcza: energia 1997 kcal, węglowodany 253g, białko 78g, tłuszcz 72g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18g, błonnik 18g, sól 6g                                   |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| <b>DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| <b>ŚNIADANIE</b>                                                                                                                                                           | <b>OBIAD</b>                                                                                                                                                                                    | <b>KOLACJA</b>                                                                                                                                                  |
| Polędwica sopocka 50g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw. tł. 82%, pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b> | Barszcz biały 350ml, gotowane pulpety w sosie pomidorowym 130g, gotowane ziemniaki z koperkiem 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)</b> | 1 jajko, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw. tł. 82%, pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 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 30g, masło 12,5g zaw. tł. 82%, pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b>     | Barszcz biały 350ml, gotowane pulpety w sosie pomidorowym 130g, gotowane ziemniaki z koperkiem 200g, surówka 130g, kompot b/c 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)</b> | Dżem 25g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw. tł. 82%, pieczywo mieszane 110g, warzywa 80g, herbata 250ml<br><b>Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)</b>       |