

DIETA PODSTAWOWA 21.05.2026				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Jajecznica ze szczypiorkiem	* 3	Smażenie	Wartość energetyczna (kcal): 2500 kcal Białko: 90 g Tłuszcze: 109 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 36 g Węglowodany: 320 g W tym cukry: 73 g Błonnik: 37 g Sód: 3175,79 mg
	Chleb	* 1		
	Masło	* 7		
	Wędlina drobiowa	* 6,9,10		
	Herbata			
	Rukola			
	Pomidor			
II śniadanie	Kisiel z bitą śmietaną	* 7	Gotowanie	
Obiad	Zupa brokułowa	* 7,9	Gotowanie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Devolay	* 1,3	Smażenie	
	Marchewka z jabłkiem			
	Fasolka szparagowa		Gotowanie	
	Kompot			
Podwieczorek	Jogurt	* 7		
Kolacja	Salatka jarzynowa	* 3,7		
	Chleb	* 1		
	Masło	* 7		
	Szynka gotowana	* 6,9,10		
	Salata			

*ALERGENY: 1. Gluten, 2. Skorupiaki, 3.Jaja, 4.Ryby, 5.Orzeszki ziemne, 6.Soja, 7.Mleko i produkty pochodne, 8.Orzechy, 9.Seler, 10.Gorczyca, 11. Nasiona sezamu, 12. Siarczany, 13. Łubin, 13. Mięczaki

DIETA PODSTAWOWA 22.05.2026				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z ryżem	* 7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2661 kcal Białko: 99 g Tłuszcze: 84 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 32 g Węglowodany: 400 g W tym cukry: 59 g Błonnik: 35 g Sód: 3074,35 mg
	Bułka	* 1		
	Masło	* 7		
	Żywiecka	* 6,9,10		
	Serek kanapkowy	* 7		
	Salata			
	Ogórek			
	Herbata			
II śniadanie	Budyń z wiśniami	* 7	Gotowanie	
Obiad	Zupa z fasolki szparagowej		Gotowanie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Ryba zapiekana	* 1,3,4	Pieczenie	
	Kapusta pekińska			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Chrupki	* 1		
	Jabłko			
Kolacja	Salatka z makaronu i brokułów	* 1,3,7	Gotowanie	
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Chleb	* 1		
	Krakowska	* 6,9,10		
	Rukola			

*ALERGENY: 1. Gluten, 2. Skorupiaki, 3.Jaja, 4.Ryby, 5.Orzeszki ziemne, 6.Soja, 7.Mleko i produkty pochodne, 8.Orzechy, 9.Seler, 10.Gorczyca, 11. Nasiona sezamu, 12. Siarczany, 13. Łubin, 13. Mięczaki

DIETA PODSTAWOWA 23.05.2026				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem	* 7		Wartość energetyczna (kcal): 2306 kcal Białko: 100 g Tłuszcze: 99 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 39 g Węglowodany: 275 g W tym cukry: 45 g Błonnik: 32 g Sód: 2454,55 mg
	Bułka	*1		
	Chleb	* 1		
	Masło	* 7		
	Schab	* 6,9,10		
	Rukola			
	Kakao	* 7		
II śniadanie	Galaretka z truskawkami			
Obiad	Zupa kalafiorowa	* 7	Gotowanie	
	Kasza gryczana		Gotowanie	
	Gulasz z szynki	* 1	Duszenie	
	Buraczki			
	Kompot			
Podwieczorek	Gruszka			
Kolacja	Salatka z kurczakiem	* 3,7,10		
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Chleb	* 1		
	Papryka			
	Ser topiony	* 7		

*ALERGENY: 1. Gluten, 2. Skorupiaki, 3.Jaja, 4.Ryby, 5.Orzeszki ziemne, 6.Soja, 7.Mleko i produkty pochodne, 8.Orzechy, 9.Seler, 10.Gorczyca, 11. Nasiona sezamu, 12. Siarczany, 13. Łubin, 13. Mięczaki

DIETA PODSTAWOWA 24.05.2026				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą manną	* 1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2480 kcal Białko: 70 g Tłuszcze: 90 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 31 g Węglowodany: 352 g W tym cukry: 53 g Błonnik: 42 g Sód: 3877,78 mg
	Chleb	* 1		
	Masło	* 7		
	Szynka konserwowa	* 6,9,10		
	Ser żółty	* 7		
	Salata			
	Pomidor			
	Herbata			
II śniadanie	Jabłko			
	Chrupki			
Obiad	Zupa jarzynowa	* 9	Gotowanie	
	Ziemniaki pieczone		Pieczenie	
	Kotlet schabowy	* 1,3	Smażenie	
	Mizeria	* 7		
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Sok			
Kolacja	Salatka ziemniaczana	* 3,7		
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Chleb	* 1		
	Polędwica	* 6,9,10		
	Rukola			
	Papryka			

*ALERGENY: 1. Gluten, 2. Skorupiaki, 3.Jaja, 4.Ryby, 5.Orzeszki ziemne, 6.Soja, 7.Mleko i produkty pochodne, 8.Orzechy, 9.Seler, 10.Gorczyca, 11. Nasiona sezamu, 12. Siarczany, 13. Łubin, 13. Mięczaki

DIETA PODSTAWOWA 25.05.2026				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
I Śniadanie	Parówki z indyka	* 6,9,10		Wartość energetyczna (kcal): 3083 kcal Białko: 97 g Tłuszcze: 110 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 43 g Węglowodany: 427 g W tym cukry: 77 g Błonnik: 38 g Sód: 2913,74 mg
	Bułka	* 1		
	Chleb	* 1		
	Masło	* 7		
	Ketchup	* 9		
	Ser topiony	* 7		
	Rukola			
	Pomidor ze szczypiorkiem			
	Kakao	* 7		
II śniadanie	Sernik na zimno	* 7		
Obiad	Zupa krupnik	* 1,9	Gotowanie	
	Ryż		Gotowanie	
	Schab z pieczarkami		Duszenie	
	Kalafior z bułką tatrą	* 1	Smażenie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Mandarynki			
	Chrupki			
Kolacja	Ryż z jabłkami	* 7	Pieczenie	
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Chleb	* 1		
	Polędwica z indyka	* 6,9,10		
	Salata			
	Ogórek			

*ALERGENY: 1. Gluten, 2. Skorupiaki, 3.Jaja, 4.Ryby, 5.Orzeszki ziemne, 6.Soja, 7.Mleko i produkty pochodne, 8.Orzechy, 9.Seler, 10.Gorczyca, 11. Nasiona sezamu, 12. Siarczany, 13. Łubin, 13. Mięczaki

DIETA PODSTAWOWA 26.05.2026				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Pasta z jajek	* 3,10	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2644 kcal Białko: 112 g Tłuszcze: 100 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 39 g Węglowodany: 345 g W tym cukry: 57 g Błonnik: 31 g Sód: 2459,69 mg
	Bułka	* 1		
	Chleb	* 1		
	Polędwica sopocka	* 6,9,10		
	Masło	* 7		
	Salata			
	Rzodkiewka			
	Herbata			
II śniadanie	Grysik na mleku z sokiem	* 1,7	Gotowanie	
Obiad	Zupa z groszku		Gotowanie	
	Spaghetti	* 1,3	Smażenie	
	Surówka z kapusty pekińskiej			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Kiwi			
	Jogurt	* 7		
Kolacja	Pierogi leniwe	* 1,7	Gotowanie	
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Chleb	* 1		
	Szynka konserwowa	* 6,9,10		
	Salata			
	Papryka			

*ALERGENY: 1. Gluten, 2. Skorupiaki, 3.Jaja, 4.Ryby, 5.Orzeszki ziemne, 6.Soja, 7.Mleko i produkty pochodne, 8.Orzechy, 9.Seler, 10.Gorczyca, 11. Nasiona sezamu, 12. Siarczany, 13. Łubin, 13. Mięczaki

DIETA PODSTAWOWA 27.05.2026				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Pasztet mięsno-warzywny	*1,3,6,10	Pieczenie	Wartość energetyczna (kcal): 2554 kcal Białko: 97 g Tłuszcze: 93 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 34 g Węglowodany: 373 g W tym cukry: 91 g Błonnik: 41 g Sód: 2819,35 mg
	Bułka	* 1		
	Masło	* 7		
	Ogórek małosolny			
	Dżem			
	Herbata			
II Śniadanie	Jabłko			
	Chrupki			
Obiad	Zupa botwinka	* 7	Gotowanie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Bitka drobiowa		Duszenie	
	Salata ze śmietaną	* 7		
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Banan			
Kolacja	Placki budyniowe	* 1,3,7	Smażenie	
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Chleb	* 1		
	Szynka konserwowa	* 6,9,10		
	Salata			
	Papryka			

*ALERGENY: 1. Gluten, 2. Skorupiaki, 3.Jaja, 4.Ryby, 5.Orzeszki ziemne, 6.Soja, 7.Mleko i produkty pochodne, 8.Orzechy, 9.Seler, 10.Gorczyca, 11. Nasiona sezamu, 12. Siarczany, 13. Łubin, 13. Mięczaki

DIETA PODSTAWOWA 28.05.2026

Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mlecza z płatkami kukurydzianymi	* 1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2988 kcal Białko: 116 g Tłuszcze: 107 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 40 g Węglowodany: 404 g W tym cukry: 81 g Błonnik: 26 g Sód: 2946,77 mg
	Bułka	* 1		
	Chleb	* 1		
	Masło	* 7		
	Polędwica z indyka	* 6,9,10		
	Twaróg	* 7		
	Herbata			
	Salata			
	Rzodkiewka			
II Śniadanie	Jogurt owocowy	* 7		
Obiad	Zupa makaronowa	* 1	Gotowanie	
	Naleśniki z twarogiem i musem	* 1,3,7	Smażenie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Truskawki			
	Herbatniki	* 1		
Kolacja	Kiełbasa pieczona	* 6,9,10	Pieczenie	
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Chleb	* 1		
	Ser żółty	* 7		
	Rukola			
	Pomidor			

*ALERGENY: 1. Gluten, 2. Skorupiaki, 3.Jaja, 4.Ryby, 5.Orzeszki ziemne, 6.Soja, 7.Mleko i produkty pochodne, 8.Orzechy, 9.Seler, 10.Gorczyca, 11. Nasiona sezamu, 12. Siarczany, 13. Łubin, 13. Mięczaki

DIETA PODSTAWOWA 29.05.2026

Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Jajo z majonezem	* 3,10	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2520 kcal Białko: 81 g Tłuszcze: 110 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 30 g Węglowodany: 325 g W tym cukry: 38 g Błonnik: 37 g Sód: 2979,76 mg
	Chleb	* 1		
	Masło	* 7		
	Wędlina drobiowa	* 6,9,10		
	Rukola			
	Pomidor			
	Herbata			
II Śniadanie	Ptasie mleczko	* 7		
Obiad	Zupa selerowa	* 7	Gotowanie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Kotlet rybny	* 1,3,4	Smażenie	
	Kompot		Gotowanie	
	Kapusta kiszona			
Podwieczorek	Popcorn			
Kolacja	Placki z jabłkami	* 1,3,7	Smażenie	
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Chleb	* 1		
	Żywiecka	* 6,9,10		
	Salata			
	Papryka			

*ALERGENY: 1. Gluten, 2. Skorupiaki, 3.Jaja, 4.Ryby, 5.Orzeszki ziemne, 6.Soja, 7.Mleko i produkty pochodne, 8.Orzechy, 9.Seler, 10.Gorczyca, 11. Nasiona sezamu, 12. Siarczany, 13. Łubin, 13. Mięczaki

DIETA PODSTAWOWA 30.05.2026

Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą jaglaną	* 7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2870 kcal Białko: 107 g Tłuszcze: 93 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 38 g Węglowodany: 422 g W tym cukry: 77 g Błonnik: 34 g Sód: 1707,60 mg
	Szynka gotowana	* 6,9,10		
	Bułka pszenna	* 1		
	Chleb	* 1		
	Masło	* 7		
	Salata			
	Ogórek			
	Herbata			
II Śniadanie	Koktajl mleczno-owocowy	* 7		
Obiad	Zupa grochowa		Gotowanie	
	Makaron z truskawkami	* 1,7	Gotowanie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Herbatniki	* 1		
Kolacja	Pasta z ryby wędzonej		Pieczenie	
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Chleb	* 1		
	Ser kanapkowy	* 7		
	Rukola			
	Rzodkiewka			

*ALERGENY: 1. Gluten, 2. Skorupiaki, 3.Jaja, 4.Ryby, 5.Orzeszki ziemne, 6.Soja, 7.Mleko i produkty pochodne, 8.Orzechy, 9.Seler, 10.Gorczyca, 11. Nasiona sezamu, 12. Siarczany, 13. Łubin, 13. Mięczaki