

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	PRZEKĄSKA
Dieta ogólna				
02.04.24 Wtorek Energia: 2563 kcal Białko: 95,9g Tłuszcze: 92,4g w tym nasycone: 33,8g Węglowodany: 359,4g Cukry proste: 50,9g Błonnik: 35,3g Sód: 5g	Kasza manna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Szyunka wiejska (50g) Masło (10g) ² Ogórek (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g)	Barszcz ukraiński (300g) ^{1,2,7} Kotlet mielony (100g) ^{1,2,3} Ziemniaki (200g) Surówka z pora i jabłka (200g) Kompot (250g)	Ryż na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Serek twarogowy (50g) ² Masło (10g) ² Miód (30g) Kawa zbożowa (250g)	Jogurt naturalny (150g) ²
Dieta łatwostrawna				
	Kasza manna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Szyunka wiejska (50g) Masło (10g) ² Ogórek (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g)	Barszcz czerwony z ziemniakami (300g) ^{1,2,7} Gałka gotowana wieprzowa (100g) ^{1,3} Ziemniaki (200g) Kalafior z wody (200g)	Ryż na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Serek twarogowy (50g) ² Masło (10g) ² Pomidor (60g) Kawa zbożowa (250g)	

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	PRZEKĄSKA
Dieta ogólna				
03.04.24 Środa Energia: 2398 kcal Białko: 98g Tłuszcze: 91,2g w tym nasycone: 41,1g Węglowodany: 311,6g Cukry proste: 51g Błonnik: 36,7g Sód: 4,1g	Płatki owsiane na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Pasta mięsno- jarzynowa (100g) ⁷ Masło (10g) ² Papryka (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g)	Zupa ogórkowa (300g) ^{1,2,7} Wątróbka duszona (100g) ¹ Ziemniaki (200g) Surówka z rzepy (200g) ² Kompot (250g)	Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Parówka wieprzowa (60g) Masło (10g) ² Ogórek (60g) Kawa zbożowa (250g)	Mus truskawkowy (150g)
Dieta łatwostrawna				
	Płatki owsiane na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Pasta mięsno- jarzynowa (100g) ⁷ Masło (10g) ² Papryka (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g)	Zupa selerowa (300g) ^{1,2,7} Gulasz wieprzowy (150g) ^{1,7} Ziemniaki (200g) Pomidor (200g)	Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Parówka wieprzowa (60g) Masło (10g) ² Ogórek (60g) Kawa zbożowa (250g)	

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	PRZEKĄSKA
Dieta ogólna				
04.04.24 Czwartek Energia: 2241 kcal Białko: 112g Tłuszcze: 65,6g w tym nasycone: 25,3g Węglowodany: 321,6g Cukry proste: 32,4g Błonnik: 37,8g Sód: 5g	Płatki jęczmienne na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Ser żółty (50g) ² Masło (10g) ² Pomidor (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g)	Zupa kalafiorowa (300g) ^{1,2,7} Potrawka z kurczaka (200g) ^{1,7} Ryż biały (200g) Surówka z selera i jabłka (200g) ²⁷ Kompot (250g)	Kasza jaglana na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Szynka konserwowa (50g) Masło (10g) ² Papryka (60g) Kawa zbożowa (250g)	Kefir (250g) ²
Dieta łatwostrawna				
	Płatki jęczmienne na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Ser żółty (50g) ² Masło (10g) ² Pomidor (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g)	Zupa kalafiorowa (300g) ^{1,2,7} Potrawka z kurczaka (200g) ^{1,7} Ryż biały (200g) Surówka z selera i jabłka (200g) ²⁷ Kompot (250g)	Kasza jaglana na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Szynka konserwowa (50g) Masło (10g) ² Papryka (60g) Kawa zbożowa (250g)	

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	PRZEKĄSKA
Dieta ogólna				
05.04.24 Piątek Energia: 2380 kcal Białko: 93,6g Tłuszcze: 76,2g w tym nasycone: 27,2g Węglowodany: 342,7g Cukry proste: 42,9g Błonnik: 34,5g Sód: 3,3g	Płatki ryżowe na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (25g) ¹ Bułka grahamka (70g) ¹ Jajecznica (100g) ³ Masło (10g) ² Ogórek (60g) Herbata z cytryną (250g)	Zupa fasolowa (300g) ^{1,7} Burger rybny (100g) ^{1,3} Ziemniaki (200g) Surówka z kapusty czerwonej (200g) ² Kompot (250g)	Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Sałatka rybna (100g) ³ Masło (10g) ² Sałata (15g) Kawa zbożowa (250g)	Mandarynka (100g)
Dieta łatwostrawna				
	Płatki ryżowe na mleku (250g) ² Chleb razowy (30g) ¹ Bułka kajzerka (50g) ¹ Jajecznica (100g) ³ Masło (10g) ² Ogórek (60g) Herbata z cytryną (250g)	Zupa ziemniaczana (300g) ^{1,2,7} Ryba gotowana (100g) ³ Ziemniaki (200g) Brokuł z wody (200g)	Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Ser topiony (50g) ² Masło (10g) ² Sałata (15g) Kawa zbożowa (250g)	

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	PRZEKĄSKA
Dieta ogólna				
06.04.24 Sobota Energia: 2380 kcal Białko: 82g Tłuszcze: 88,4g w tym nasycone: 34,2g Węglowodany: 331,8g Cukry proste: 61,3g Błonnik: 33g Sód: 5,9g	Kasza manna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Szyńka wieprzowa, gotowana (50g) Masło (10g) ² Pomidor (60g) Herbata z cytryną (250g)	Zupa jarzynowa (300g) ^{2,7} Parówka w sosie koperkowym (100g) ^{1,2} Ziemniaki (200g) Buraczki gotowane (200g) Kompot (250g)	Ryż na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Pasta z twarogu i suszonych pomidorów (75g) ² Masło (10g) ² Ogórek (60g) Kawa zbożowa (250g)	Serek homogenizowany (150g) ²
Dieta łatwostrawna				
	Kasza manna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Szyńka wieprzowa, gotowana (50g) Masło (10g) ² Pomidor (60g) Herbata z cytryną (250g)	Zupa jarzynowa (300g) ^{2,7} Parówka w sosie koperkowym (100g) ^{1,2} Ziemniaki (200g) Buraczki gotowane (200g) Kompot (250g)	Ryż na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Pasta z twarogu i suszonych pomidorów (75g) ² Masło (10g) ² Ogórek (60g) Kawa zbożowa (250g)	

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	PRZEKĄSKA
Dieta ogólna				
07.04.24 Niedziela Energia: 2547 kcal Białko: 97,7g Tłuszcze: 114,2g w tym nasycone: 41,4g Węglowodany: 296,1g Cukry proste: 38g Błonnik: 31,4g Sód: 4,7g	Płatki owsiane na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Kiełbasa biała, parzona (70g) Masło (10g) ² Sałata (15g) Herbata z cytryną (250g)	Zupa marchwiowa (300g) ^{1,2,7} Gulasz wieprzowy (150g) ^{1,7} Kasza jęczmienna (200g) ¹ Ogórek kiszony (200g) Kompot (250g)	Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Serek Hochland (50g) ² Masło (10g) ² Papryka (60g) Kawa zbożowa (250g)	Sok warzywny (250g)
Dieta łatwostrawna				
	Płatki owsiane na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Kiełbasa biała, parzona (70g) Masło (10g) ² Sałata (15g) Herbata z cytryną (250g)	Zupa marchwiowa (300g) ^{1,2,7} Gulasz wieprzowy (150g) ^{1,7} Ziemniaki(200g) Pomidor (200g) Kompot (250g)	Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Serek Hochland (50g) ² Masło (10g) ² Papryka (60g) Kawa zbożowa (250g)	

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	PRZEKĄSKA
Dieta ogólna				
08.04.24 Poniedziałek Energia: 2265 kcal Białko: 80,8g Tłuszcze: w tym nasycone: 90,5g Węglowodany: 292,8g Cukry proste: 30,1g Błonnik: 32,7g Sód: 4,8g	Płatki jęczmienne na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Połudwica miodowa (50g) Masło (10g) ² Ogórek (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g)	Zupa wiejska (300g) ^{1,2,3,7} Makaron w sosie mięsno-jarzynowym (160g) ^{1,7} Jabłko (200g) Kompot (250g)	Kasza jaglana (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Kiełbasa gruba, szynkowa (70g) Masło (10g) ² Pomidor (60g) Kawa zbożowa (250g)	Serek wiejski (150g) ²
Dieta łatwostrawna				
	Płatki jęczmienne na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Połudwica miodowa (50g) Masło (10g) ² Ogórek (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g)	Zupa wiejska (300g) ^{1,2,3,7} Makaron z twarogiem (300g) ^{1,2} Jabłko (200g) Kompot (250g)	Kasza jaglana (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Kiełbasa gruba, szynkowa (70g) Masło (10g) ² Pomidor (60g) Kawa zbożowa (250g)	

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	PRZEKĄSKA
Dieta ogólna				
09.04.24 Wtorek Energia: 2449 kcal Białko: 92,2g Tłuszcze: 98g w tym nasycone: 37,9g Węglowodany: 313,3g Cukry proste: 43,8g Błonnik: 30,7g Sód: 5g	Kasza manna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Pasztet pieczony (70g) Masło (10g) ² Papryka (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g)	Zupa pomidorowa z ryżem (300g) ^{2,7} Kotlet schabowy (100g) ^{1,3} Ziemniaki (200g) Surówka z marchwi i jabłka (200g) ² Kompot (250g)	Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Serek krążek (50g) ² Masło (10g) ² Ogórek (60g) Kawa zbożowa (250g)	Gruszka (150g)
Dieta łatwostrawna				
	Kasza manna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Pasztet pieczony (70g) Masło (10g) ² Papryka (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g)	Zupa pomidorowa z ryżem (300g) ^{2,7} Schab gotowany (100g) Ziemniaki (200g) Surówka z marchwi i jabłka (200g) ² Kompot (250g)	Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Serek krążek (50g) ² Masło (10g) ² Ogórek (60g) Kawa zbożowa (250g)	

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	PRZEKĄSKA
Dieta ogólna				
10.04.23 Środa Energia: 2354 kcal Białko: 98,4g Tłuszcze: 92g w tym nasycone: 33,9g Węglowodany: 297,5g Cukry proste: 36,7g Błonnik: 31,9g Sód: 3,9g	Płatki ryżowe (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Filet wędzony z indyka (50g) Masło (10g) ² Pomidor (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g)	Zupa selerowa (300g) ^{1,2,7} Bigos (200g) ¹ Ziemniaki (200g) Kompot (250g)	Kasza jęczmienna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Kielbasa toruńska (70g) Masło (10g) ² Papryka (60g) Kawa zbożowa (250g)	Maślanka (250g) ²
Dieta łatwostrawna				
	Płatki ryżowe (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Filet wędzony z indyka (50g) Masło (10g) ² Pomidor (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g)	Zupa selerowa (300g) ^{1,2,7} Gałka gotowana, wieprzowa (100g) ^{1,7} Ziemniaki (200g) Brokuł z wody (200g) Kompot (250g)	Kasza jęczmienna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Kielbasa toruńska (70g) Masło (10g) ² Papryka (60g) Kawa zbożowa (250g)	

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	PRZEKĄSKA
Dieta ogólna				
11.04.24 Czwartek Energia: 2426 kcal Białko: 118,4g Tłuszcze: 71,7g w tym nasycone: 25,6g Węglowodany: 338,3g Cukry proste: 56,6g Błonnik: 33,2g Sód: 4,9g	Płatki owsiane na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Polędwica sopocka (50g) Masło (10g) ² Ogórek (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g)	Zupa szczawiowa (300g) ^{1,2,7} Kurczak pieczony (170g) Ryż biały (200g) Marchew oprószana (200g) ^{1,2} Kompot (250g)	Kasza jaglana na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Ser topiony (50g) ² Masło (10g) ² Pomidor (60g) Kawa zbożowa (250g)	Banan (200g)
Dieta łatwostrawna				
	Płatki owsiane na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Polędwica sopocka (50g) Masło (10g) ² Ogórek (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g)	Zupa koperkowa (300g) ^{1,2,7} Kurczak gotowany (170g) Ryż biały (200g) Marchew oprószana (200g) ^{1,2} Kompot (250g)	Kasza jaglana na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Ser topiony (50g) ² Masło (10g) ² Pomidor (60g) Kawa zbożowa (250g)	