

| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PRZEKĄSKA |
|--|---|---|--|--------------|
| Dieta ogólna | | | | |
| 21.11.23 Wtorek Energia: 2435 kcal Białko: 100,7g Tłuszcze: 76,5g w tym nasycone: 32,6g Węglowodany: 350,4g Cukry proste: 59,6g Błonnik: 35,7g Sód: 3,96g | Płatki owsiane na mleku (250g) ₁ Chleb mieszany pytlowy (50g) ₁ Chleb razowy (30g) ₁ Połędwica cesarska wieprzowa (50g) Masło roślinne (10g) ₂ Ogórek (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g) | Zupa krupnik (300g) ₇ Wątróbka duszona(100g) Ziemniaki (200g) Surówka z rzepy(200g) Kompot (250g) | Makaron na mleku (250g) _{1,2} Chleb mieszany pytlowy (50g) ₁ Chleb razowy (30g) ₁ Serek Hochland (50g) Masło roślinne (10g) ₂ Pomidor(60g) Kawa zbożowa (250g) | Banan (200g) |
| Dieta łatwostrawna | | | | |
| | Płatki owsiane na mleku (250g) ₁ Chleb mieszany pytlowy (50g) ₁ Chleb razowy (30g) ₁ Połędwica cesarska wieprzowa (50g) Masło roślinne (10g) ₂ Ogórek (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g) | Zupa marchwiowa (300g) ₇ Gałka gotowana (100g) Ziemniaki (200g) Jarzyny z wody(200g) Kompot (250g) | Makaron na mleku (250g) _{1,2} Chleb mieszany pytlowy (50g) ₁ Chleb razowy (30g) ₁ Serek Hochland (50g) Masło roślinne (10g) ₂ Pomidor(60g) Kawa zbożowa (250g) | |

| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PRZEKĄSKA |
|---|--|--|--|--------------|
| Dieta ogólna | | | | |
| 22.11.23 Środa Energia: 2362 kcal Białko: 90,7g Tłuszcze: 93,1g w tym nasycone: 39,7g Węglowodany: 303,3g Cukry proste: 40,3g Błonnik: 30,4g Sód: 7,9g | Płatki ryżowe na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Kiełbasa toruńska wieprzowa (70g) Masło roślinne (10g) ² Papryka (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g) | Zupa jarzynowa (300g) ⁷ Kotlet mielony (100g) Ziemniaki (200g) Surówka z kapusty czerwonej (200g) Kompot (250g) | Kasza manna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Parówka drobiowa (60g) Masło roślinne (10g) ² Ogórek (60g) Kawa zbożowa (250g) | Kefir (250g) |
| Dieta łatwostrawna | | | | |
| | Płatki ryżowe na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Kiełbasa toruńska wieprzowa (70g) Masło roślinne (10g) ² Papryka (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g) | Zupa jarzynowa (300g) ⁷ Schab gotowany(100g) Ziemniaki (200g) Surówka z selera i jabłka (200g) Kompot (250g) | Kasza manna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Parówka drobiowa (60g) Masło roślinne (10g) ² Ogórek (60g) Kawa zbożowa (250g) | |

| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PRZEKĄSKA |
|--|---|---|--|--------------|
| Dieta ogólna | | | | |
| 23.11.23 Czwartek Energia: 2267 kcal Białko: 83,4g Tłuszcze: 79,9g w tym nasycone: 23,3g Węglowodany: 318,4g Cukry proste: 43,2g Błonnik: 33,4g Sód: 3,5g | Płatki jęczmienne na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Szynka wieprzowa gotowana (70g) Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Herbata z cytryną (250g) | Zupa kalafiorowa (300g) ⁷ Gołąbki w sosie (200g) ^{1,7} Ziemniaki (200g) Kompot (250g) | Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Serek topiony (50g) Masło roślinne (10g) ² Papryka (60g) Kawa zbożowa (250g) | Jabłko(200g) |
| Dieta łatwostrawna | | | | |
| | Płatki jęczmienne na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Szynka wieprzowa gotowana (70g) Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Herbata z cytryną (250g) | Zupa kalafiorowa (300g) ⁷ Gulasz wieprzowy (100g) Ziemniaki (200g) Buraczki duszone (200g) Kompot (250g) | Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Serek topiony (50g) Masło roślinne (10g) ² Papryka (60g) Kawa zbożowa (250g) | |

| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PRZEKĄSKA |
|--|---|---|--|-------------------------|
| Dieta ogólna | | | | |
| 24.11.23 Piątek Energia: 2326 kcal Białko: 89,3g Tłuszcze: 87,2g w tym nasycone: 34,8g Węglowodany: 310,5g Cukry proste: 42,4g Błonnik: 32,5g Sód: 6,2g | Płatki ryżowe na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Pasta z jaj (70g) ³ Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g) | Zupa fasolowa (300g) ⁷ Ryba smażona (100g) ⁴ Ziemniaki (200g) Surówka z marchwi i jabłka (200g) Kompot (250g) | Kasza manna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Ser żółty (50g) Masło roślinne (10g) ² Ogórek konserwowy (60g) Kawa zbożowa (250g) | Jogurt naturalny (150g) |
| Dieta łatwostrawna | | | | |
| | Płatki ryżowe na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Pasta z jaj (70g) ³ Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g) | Zupa wiejska (300g) ⁷ Ryba gotowana (100g) ⁴ Ziemniaki (200g) Surówka z marchwi i jabłka (200g) Kompot (250g) | Kasza manna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Ser żółty (50g) Masło roślinne (10g) ² Ogórek (60g) Kawa zbożowa (250g) | |

| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PRZEKĄSKA |
|--|---|---|--|-----------------------|
| Dieta ogólna | | | | |
| 25.11.23 Sobota Energia: 2375 kcal Białko: 86,5g Tłuszcze: 94,6g w tym nasycone: 31,5g Węglowodany: 360,7g Cukry proste: 59,9g Błonnik: 32,4g Sód: 8g | Płatki owsiane na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Kiełbasa, luncheon (70g) Masło roślinne (10g) ² Papryka (60g) Herbata z cytryną (250g) | Rosół z makaronem (300g) Pulpety z mięsa mielonego (100g) ³ Ziemniaki (200g) Buraczki duszone (200g) Kompot (250g) | Ryż na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Paszтетowa (70g) Masło roślinne (10g) ² Ogórek (60g) Kawa zbożowa (250g) | Sok pomidorowy (200g) |
| Dieta łatwostrawna | | | | |
| | Płatki owsiane na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Kiełbasa, luncheon (70g) Masło roślinne (10g) ² Papryka (60g) Herbata z cytryną (250g) | Rosół z makaronem (300g) Pulpety z mięsa mielonego (100g) ³ Ziemniaki (200g) Buraczki duszone (200g) Kompot (250g) | Ryż na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Paszтетowa (70g) Masło roślinne (10g) ² Ogórek (60g) Kawa zbożowa (250g) | |

| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PRZEKĄSKA |
|--|--|--|---|-----------------|
| Dieta ogólna | | | | |
| 26.11.23 Niedziela Energia: 2263 kcal Białko: 90,5g Tłuszcze: 76,1g w tym nasycone: 25,8g Węglowodany: 373,9g Cukry proste: 54,2g Błonnik: 32,4g Sód: 6,5 g | Płatki ryżowe na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Polędwica sopocka(50g) Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Herbata z cytryną (250g) | Zupa marchwiowa (300g) Kurczak pieczony(170g) ³ Ziemniaki (200g) Surówka z selera i jabłka 200g) Kompot (250g) | Kasza manna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Serek twarogowy (50g) Dżem (30g) Masło roślinne (10g) ² Kawa zbożowa (250g) | Maślanka (250g) |
| Dieta łatwostrawna | | | | |
| | Płatki ryżowe na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Polędwica sopocka(50g) Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Herbata z cytryną (250g) | Zupa marchwiowa (300g) Kurczak gotowany (170g) ³ Ziemniaki (200g) Surówka z selera i jabłka 200g) Kompot (250g) | Kasza manna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Serek twarogowy (50g) Dżem (30g) Masło roślinne (10g) ² Kawa zbożowa (250g) | |

| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PRZEKĄSKA |
|---|--|---|--|---------------|
| Dieta ogólna | | | | |
| 27.11.23 Poniedziałek Energia: 2460 kcal Białko: 93,5g Tłuszcze: 96,3g w tym nasycone: 38,4g Węglowodany: 320,5g Cukry proste: 56,7g Błonnik: 33,7g Sód: 6,8 g | Płatki owsiane na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Połudwica miodowa drobiowa(50g) Masło roślinne (10g) ² Papryka (60g) Herbata z cytryną (250g) | Zupa ogórkowa (300g) Gulasz wieprzowy (100g) Kasza jęczmienna (200g) Marchewka oprószana (200g) Kompot (250g) | Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Jajko(60g) Sałata (15g) Masło roślinne (10g) ² Kawa zbożowa (250g) | Kisiel (150g) |
| Dieta łatwostrawna | | | | |
| | Płatki owsiane na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Połudwica miodowa drobiowa(50g) Masło roślinne (10g) ² Papryka (60g) Herbata z cytryną (250g) | Zupa ryżowa (300g) Gulasz wieprzowy (100g) Ziemniaki (200g) Marchewka oprószana (200g) Kompot (250g) | Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Jajko(60g) Sałata (15g) Masło roślinne (10g) ² Kawa zbożowa (250g) | |

| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PRZEKĄSKA |
|---|---|---|--|---------------|
| Dieta ogólna | | | | |
| 28.11.23 Wtorek Energia: 2322 kcal Białko: 80,9g Tłuszcze: 92,2g w tym nasycone: 33,3g Węglowodany: 310,4g Cukry proste: 46,5g Błonnik: 35,3g Sód: 4,7 g | Płatki jęczmienne na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Kiełbasa biała parzona(70g) Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g) | Zupa selerowa (300g) Schab gotowany(100g) Ziemniaki (200g) Jarzyny gotowane(200g) Kompot (250g) | Kasza manna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Paprykarz (100g) Ogórek konserwowy (60g) Masło roślinne (10g) ² Kawa zbożowa (250g) | Śliwki (150g) |
| Dieta łatwostrawna | | | | |
| | Płatki jęczmienne na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Kiełbasa biała parzona(70g) Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g) | Zupa selerowa (300g) Schab gotowany(100g) Ziemniaki (200g) Jarzyny gotowane(200g) Kompot (250g) | Kasza manna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Ser topiony (50g) Sałata (15g) Masło roślinne (10g) ² Kawa zbożowa (250g) | |

| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PRZEKĄSKA |
|---|---|---|--|--------------------|
| Dieta ogólna | | | | |
| 29.11.23 Środa Energia: 2430 kcal Białko: 79g Tłuszcze: 104,6g w tym nasycone: 32,8g Węglowodany: 303,6g Cukry proste: 52,1g Błonnik: 30g Sód: 4,9 g | Płatki owsiane na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Filet wędzony z indyka (50g) Masło roślinne (10g) ² Papryka (60g) Herbata z cytryną (250g) | Pomidorowa z ryżem (300g) Sznyce z cebulą (100g) Ziemniaki (200g) Surówka z kapusty białej (200g) Kompot (250g) | Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Serek krążek (50g) Ogórek (60g) Masło roślinne (10g) ² Kawa zbożowa (250g) | Mus owocowy (120g) |
| Dieta łatwostrawna | | | | |
| | Płatki owsiane na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Filet wędzony z indyka (50g) Masło roślinne (10g) ² Papryka (60g) Herbata z cytryną (250g) | Pomidorowa z ryżem (300g) Gałka gotowana (100g) Ziemniaki (200g) Buraczki duszone (200g) Kompot (250g) | Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Serek krążek (50g) Ogórek (60g) Masło roślinne (10g) ² Kawa zbożowa (250g) | |

| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PRZEKĄSKA |
|--|--|--|---|----------------------|
| Dieta ogólna | | | | |
| 30.11.23 Czwartek Energia: 2472 kcal Białko: 101,2g Tłuszcze: 98,9g w tym nasycone: 30,7g Węglowodany: 291,6g Cukry proste: 39,5g Błonnik: 33,1g Sód: 6,7 g | Płatki ryżowe na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Parówka wieprzowa (60g) Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g) | Zupa koperkowa (300g) Pieczeń rzymska (100g) Ziemniaki (200g) Surówka z pora i jabłka (200g) Kompot (250g) | Kasza manna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Szynka wiejska (50g) Papryka (60g) Masło roślinne (10g) ² Kawa zbożowa (250g) | Serek wiejski (150g) |
| Dieta łatwostrawna | | | | |
| | Płatki ryżowe na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Parówka wieprzowa (60g) Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250g) | Zupa koperkowa (300g) Pieczeń rzymska (100g) Ziemniaki (200g) Surówka z selera i jabłka (200g) Kompot (250g) | Kasza manna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Szynka wiejska (50g) Papryka (60g) Masło roślinne (10g) ² Kawa zbożowa (250g) | |