

D01- Podstawowa		D02. Łatwostrawna	D03- Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	D05-Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07-Bogatobiałkowa
2026-10-01 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml [ML] Chleb 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Sałatka jarzynowa 150 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Szynka gotowana (Wędliny Chłopskie) 30 g [GLU, ML, GOR, SOJ] Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml [ML] Chleb pszenney 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Sałatka jarzynowa 150 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Szynka gotowana (Wędliny Chłopskie) 30 g [GLU, ML, GOR, SOJ] Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml [ML] Chleb graham 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Sałatka jarzynowa 150 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Szynka gotowana (Wędliny Chłopskie) 30 g [GLU, ML, GOR, SOJ] Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml [ML] Chleb pszenney 100 g [GLU] Margaryna 5 g [ML] serek wypasiony naturalny 125g 1 g [ML] Szynka gotowana (Wędliny Chłopskie) 30 g [GLU, ML, GOR, SOJ] Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml
	2. śniadanie	Jabłko 150 g			
	Obiad	Pomidorowa z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Sznycel 70 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Mizeria 150 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Pomidorowa z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Sztuka mięsa 70 g Sos koperkowy 100 ml [GLU, ML] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Kalafior gotowany 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Pomidorowa z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Sztuka mięsa 70 g Sos koperkowy 100 ml [GLU, ML] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Marchewka gotowana 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Pomidorowa z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Sztuka mięsa 70 g Sos koperkowy 100 ml [GLU, ML] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Kalafior gotowany 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]
	Kolacja	Drożdżówka 1 szt Chleb razowy 0,5 [Por] x 50 g [GLU] masło 10 g [ML] serek wiejski 1 szt [ML] miód 1 szt [GLU, ML, OR, SOJ] Herbata z cytryną 250 ml	Drożdżówka 1 szt Chleb pszenney 0,5 [Por] x 100 g [GLU] masło 10 g [ML] serek wiejski 1 szt [ML] miód 1 szt [GLU, ML, OR, SOJ] Herbata z cytryną 250 ml	Bułka graham 90 g [GLU] masło 10 g [ML] Galaretka z kurczaka 150 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, SOJ] Herbata z cytryną 250 ml	Chleb pszenney 100 g [GLU] masło 5 g [ML] serek wiejski 1 szt [ML] miód 1 szt [GLU, ML, OR, SOJ] Herbata z cytryną 250 ml
	Posiłek nocny	sok wielowarzywny 1 szt [SEL]	sok wielowarzywny 1 szt [SEL] Chleb 0,5 [Por] x 50 g [GLU] Margaryna 5 g [ML]	sok wielowarzywny 1 szt [SEL]	sok wielowarzywny 1 szt [SEL]
KCAL: 2452.59 kcal; B: 100.30 g; T: 76.12 g; W: 358.65 g; Bł: 30.88 g; Cukry: 78.00 g; NKT: 27.25 g; Sód: 2919.21 mg;		KCAL: 2345.55 kcal; B: 107.62 g; T: 64.09 g; W: 350.87 g; Bł: 29.12 g; Cukry: 76.07 g; NKT: 25.15 g; Sód: 2931.41 mg;	KCAL: 2193.19 kcal; B: 112.82 g; T: 63.85 g; W: 311.88 g; Bł: 37.29 g; Cukry: 62.14 g; NKT: 22.36 g; Sód: 2673.81 mg;	KCAL: 1927.66 kcal; B: 97.81 g; T: 37.67 g; W: 313.23 g; Bł: 24.51 g; Cukry: 65.27 g; NKT: 16.47 g; Sód: 2817.32 mg;	KCAL: 2418.84 kcal; B: 129.82 g; T: 67.44 g; W: 337.72 g; Bł: 25.80 g; Cukry: 73.73 g; NKT: 25.79 g; Sód: 2945.55 mg;

Jadłospisy za 1. dekadę, tj. od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 KUCHNIA GŁÓWNA

D11-Papkowata		D12-Płynna wzmocniona	D13GL-Bezglutenowa	D13ML-Bezmleczna	Oddział Dzienny Psychiatryczny	
2026-10-01 czwartek	Śniadanie	Margaryna 15 g [ML] Szynka gotowana (Wędliny Chłopskie) 30 g [GLU, ML, GOR, SOJ] Herbata z cytryną 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 350 ml [ML] Bułka graham 1 szt [GLU]	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml [ML] Margaryna 15 g [ML] Szynka gotowana (Wędliny Chłopskie) 30 g [GLU, ML, GOR, SOJ] Herbata z cytryną 250 ml Bebiko 0,25 szt [RYB, ML, SOJ]	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml [ML] chleb bezglutenowy 100 g [JAJ, ML] Margaryna 15 g [ML] serek wypasiony naturalny 125g 1 g [ML] Sałata zielona 5 g Pomidor 50 g Herbata z cytryną 250 ml	Chleb pszenny 100 g [GLU] Zupa diet. 450 ml [SEL] Kielbasa szynkowa(Wędliny Chłopskie) 70 g [GLU, GOR, SOJ] jaja 2 szt [JAJ] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	
	2. śniadanie	Jabłko 150 g				
	Obiad	Pomidorowa z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Sztuka mięsa 70 g Sos koperkowy 100 ml [GLU, ML] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Marchewka gotowana 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Pomidorowa z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Sztuka mięsa 70 g Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Marchewka gotowana 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Sos koperkowy 100 ml [GLU, ML]	Zupa diet. 450 ml [SEL] Sztuka mięsa 70 g Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Sałata zielona do obiadu 35 g [ML]	Zupa diet. 450 ml [SEL] Sztuka mięsa 70 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Sałata zielona do obiadu 35 g	Pomidorowa z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Sztuka mięsa 70 g Sos koperkowy 100 ml [GLU, ML] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Kalafior gotowany 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]
	Kolacja	Bułka pszenna 90 g [GLU] masło 10 g [ML] serek wiejski 1 szt [ML] miód 1 szt [GLU, ML, OR, SOJ] Herbata z cytryną 250 ml	Chleb razowy 0,5 [Por] x 50 g [GLU] serek wiejski 1 szt [ML] miód 1 szt [GLU, ML, OR, SOJ] Herbata z cytryną 250 ml Bułka pszenna 90 g [GLU]	chleb bezglutenowy 100 g [JAJ, ML] masło 10 g [ML] serek wiejski 1 szt [ML] dżem 1 szt papryka 50 g Herbata z cytryną 250 ml	Bułka pszenna 90 g [GLU] Herbata z cytryną 250 ml dżem 2 szt Sałata zielona 5 g	
	Posiłek nocny	sok wielowarzywny 1 szt [SEL]				
		KCAL: 2076.93 kcal; B: 97.74 g; T: 49.89 g; W: 323.73 g; Bł: 26.74 g; Cukry: 67.76 g; NKT: 20.87 g; Sód: 2671.88 mg;	KCAL: 2082.33 kcal; B: 98.12 g; T: 61.51 g; W: 293.47 g; Bł: 23.25 g; Cukry: 51.12 g; NKT: 24.67 g; Sód: 2356.53 mg;	KCAL: 1861.95 kcal; B: 80.92 g; T: 62.49 g; W: 247.20 g; Bł: 25.40 g; Cukry: 51.83 g; NKT: 21.20 g; Sód: 1826.77 mg;	KCAL: 1995.50 kcal; B: 102.03 g; T: 44.83 g; W: 290.23 g; Bł: 23.92 g; Cukry: 40.06 g; NKT: 13.46 g; Sód: 2214.34 mg;	KCAL: 653.56 kcal; B: 40.77 g; T: 11.66 g; W: 102.24 g; Bł: 11.21 g; Cukry: 9.20 g; NKT: 3.72 g; Sód: 205.89 mg;

D01- Podstawowa		D02. Łatwostrawna	D03- Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	D05-Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07-Bogatobiałkowa
2026-10-02 piątek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml [GLU, ML, SEL, OR, OZ, SO2, ŁUB] Chleb 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Pasta rybna 60 g [RYB, ML, SEL] jaja 1 szt [JAJ] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml [GLU, ML, SEL, OR, OZ, SO2, ŁUB] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Pasta rybna 60 g [RYB, ML, SEL] jaja 1 szt [JAJ] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Chleb graham 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Pasta rybna 60 g [RYB, ML, SEL] jaja 1 szt [JAJ] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml [GLU, ML, SEL, OR, OZ, SO2, ŁUB] Chleb 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Pasta rybna 60 g [RYB, ML, SEL] jaja 1 szt [JAJ] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml
	2. śniadanie	Baton twarogowy High Protein 1 szt [ML]	jogurt naturalny 1 szt [ML]	Baton twarogowy High Protein 1 szt [ML]	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Ryż z truskawkami 300 g [GLU, ML, SEL, GOR, OZ, SO2, ŁUB, SOJ] Herbata z cytryną 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Risotto mięsno jarzynowe 300 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SO2, ŁUB, SOJ] Sałata lodowa 35 g Herbata z cytryną 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Ryż z truskawkami 300 g [GLU, ML, SEL, GOR, OZ, SO2, ŁUB, SOJ] Herbata z cytryną 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Risotto mięsno jarzynowe 300 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SO2, ŁUB, SOJ] Herbata z cytryną 250 ml Sałata lodowa 35 g
	Kolacja	Chleb razowy 100 g [GLU] masło 10 g [ML] Twaróg z ogórkiem 60 g [ML] Twarożek z rzodkiewką 50 g [ML] papryka 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Chleb pszenny 100 g [GLU] masło 10 g [ML] Twarożek z koperkiem 2 [Por] x 50 g [ML] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Bułka graham 90 g [GLU] masło 10 g [ML] Twaróg z ogórkiem 60 g [ML] Twarożek z rzodkiewką 50 g [ML] papryka 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Bułka pszenna 90 g [GLU] masło 5 g [ML] Twarożek z koperkiem 2 [Por] x 50 g [ML] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml
	Posiłek nocny	wafle ryżowe 40 g [SEZ]	wafle ryżowe 40 g [SEZ] Chleb 0,5 [Por] x 100 g [GLU] Margaryna 5 g [ML]	wafle ryżowe 40 g [SEZ]	
KCAL: 2334.99 kcal; B: 110.80 g; T: 64.21 g; W: 342.33 g; Bł: 28.00 g; Cukry: 64.42 g; NKT: 27.65 g; Sód: 1699.14 mg;		KCAL: 2350.47 kcal; B: 115.51 g; T: 62.78 g; W: 340.76 g; Bł: 19.77 g; Cukry: 59.35 g; NKT: 26.98 g; Sód: 2076.08 mg;	KCAL: 2172.14 kcal; B: 102.92 g; T: 64.41 g; W: 307.50 g; Bł: 29.40 g; Cukry: 27.48 g; NKT: 22.68 g; Sód: 1488.24 mg;	KCAL: 2068.85 kcal; B: 101.55 g; T: 39.28 g; W: 336.62 g; Bł: 18.64 g; Cukry: 59.84 g; NKT: 18.99 g; Sód: 1799.15 mg;	KCAL: 2343.12 kcal; B: 114.15 g; T: 70.68 g; W: 321.36 g; Bł: 22.18 g; Cukry: 41.16 g; NKT: 28.44 g; Sód: 1832.95 mg;

D11-Papkowata		D12-Płynna wzmocniona	D13GL-Bezglutenowa	D13ML-Bezmleczna	Oddział Dzienny Psychiatryczny
2026-10-02 piątek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml [GLU, ML, SEL, OR, OZ, SO2, ŁUB] Bułka pszenna 90 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Pasta rybna 60 g [RYB, ML, SEL] jaja 1 szt [JAJ] Herbata z cytryną 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml [ML] chleb bezglutenowy 100 g [JAJ, ML] Margaryna 15 g [ML] Pasta rybna 60 g [RYB, ML, SEL] jaja 1 szt [JAJ] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Zupa diet. 450 ml [SEL] Bułka pszenna 90 g [GLU] Pasta rybna 60 g [RYB, SEL] jaja 1 szt [JAJ] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	
	2. śniadanie	Baton twarogowy High Protein 1 szt [ML]		Jabłko 150 g	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Ryż z truskawkami 300 g [GLU, ML, SEL, GOR, OZ, SO2, ŁUB, SOJ] Herbata z cytryną 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml [ML, SEL] Herbata z cytryną 250 ml Ryba gotowana 70 g [JAJ, RYB, ML, SEL, OZ, SOJ] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Sałata zielona do obiadu 35 g [ML]	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml [GLU, SEL] Risotto mięsno jarzynowe 300 g [GLU, SEL, OZ, SO2, ŁUB] Sałata lodowa 35 g Herbata z cytryną 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Ryż z truskawkami 300 g [GLU, ML, SEL, GOR, OZ, SO2, ŁUB, SOJ] Herbata z cytryną 250 ml
	Kolacja	Bułka graham 90 g [GLU] masło 10 g [ML] Twarożek z koperkiem 2 [Por] x 50 g [ML] Twarożek z rzodkiewką 50 g [ML] Herbata z cytryną 250 ml	Bułka pszenna 90 g [GLU] masło 10 g [ML] Twarożek z koperkiem 2 [Por] x 50 g [ML] Herbata z cytryną 250 ml	chleb bezglutenowy 100 g [JAJ, ML] masło 10 g [ML] Twaróg z ogórkiem 60 g [ML] Twarożek z rzodkiewką 50 g [ML] papryka 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml Chleb 100 g [GLU]	Szynka drobiowa (Wędliny Chłopskie) 70 g [GLU, SEL, GOR] papryka 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml
	Posiłek nocny	wafle ryżowe 40 g [SEZ]	Mus owocowy 1 szt	wafle ryżowe 40 g [SEZ]	
		KCAL: 2357.17 kcal; B: 122.09 g; T: 64.99 g; W: 331.32 g; Bł: 20.93 g; Cukry: 61.94 g; NKT: 28.27 g; Sód: 1584.87 mg;	KCAL: 2242.15 kcal; B: 111.84 g; T: 61.51 g; W: 319.50 g; Bł: 16.62 g; Cukry: 58.99 g; NKT: 26.57 g; Sód: 1478.26 mg;	KCAL: 2105.14 kcal; B: 111.17 g; T: 75.05 g; W: 251.60 g; Bł: 26.82 g; Cukry: 41.68 g; NKT: 25.90 g; Sód: 586.97 mg;	KCAL: 1885.92 kcal; B: 83.43 g; T: 44.09 g; W: 314.62 g; Bł: 25.39 g; Cukry: 26.75 g; NKT: 10.76 g; Sód: 1126.51 mg;
		KCAL: 726.77 kcal; B: 24.18 g; T: 9.41 g; W: 141.04 g; Bł: 7.68 g; Cukry: 31.88 g; NKT: 4.45 g; Sód: 241.44 mg;			

D01- Podstawowa		D02. Łatwostrawna	D03- Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	D05-Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07-Bogatobiałkowa
2026-10-03 sobota	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml [GLU, ML] Chleb 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Kielbasa żywiecka(wędliny Chłopskie) 50 g [GLU, GOR, SOJ] ser topiony 30 g [ML] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml [GLU, ML] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Kielbasa żywiecka(wędliny Chłopskie) 50 g [GLU, GOR, SOJ] ser topiony 30 g [ML] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Chleb graham 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Kielbasa żywiecka(wędliny Chłopskie) 50 g [GLU, GOR, SOJ] ser topiony 30 g [ML] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml [GLU, ML] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 5 g [ML] Kielbasa żywiecka(wędliny Chłopskie) 70 g [GLU, GOR, SOJ] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml
	2. śniadanie	Syr owocowy 1 szt [ML]		Syr owocowy 1 szt [ML]	
	Obiad	Kminkowa z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Medaliony z indyka gotowane 70 g Sos pomidorowy 100 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Surówka z selera z rodzynekami 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SEZ, OR, OZ, SO2, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]		Kminkowa z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Medaliony z indyka gotowane 70 g Sos pomidorowy 100 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Marchewka gotowana 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Kminkowa z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Medaliony z indyka gotowane 70 g Sos pomidorowy 100 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Surówka z selera z rodzynekami 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SEZ, OR, OZ, SO2, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]
	Kolacja	Chleb razowy 100 g [GLU] masło 10 g [ML] serek wiejski 1 szt [ML] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Chleb pszenny 100 g [GLU] masło 10 g [ML] serek wiejski 1 szt [ML] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Bułka graham 90 g [GLU] masło 10 g [ML] serek wiejski 1 szt [ML] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Chleb pszenny 100 g [GLU] masło 5 g [ML] serek wiejski 1 szt [ML] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml
	Posiłek nocny	Jabłko 150 g		Jabłko 150 g	
		KCAL: 2255.97 kcal; B: 120.37 g; T: 57.20 g; W: 321.99 g; Bł: 37.56 g; Cukry: 57.66 g; NKT: 27.21 g; Sód: 2495.72 mg;	KCAL: 2297.23 kcal; B: 125.59 g; T: 57.03 g; W: 324.14 g; Bł: 30.38 g; Cukry: 55.65 g; NKT: 27.24 g; Sód: 2564.02 mg;	KCAL: 2143.44 kcal; B: 115.54 g; T: 54.52 g; W: 304.69 g; Bł: 37.90 g; Cukry: 40.82 g; NKT: 24.06 g; Sód: 2546.56 mg;	KCAL: 2002.59 kcal; B: 123.86 g; T: 37.93 g; W: 287.44 g; Bł: 24.19 g; Cukry: 55.79 g; NKT: 18.72 g; Sód: 2257.98 mg;
		KCAL: 2242.37 kcal; B: 124.96 g; T: 50.45 g; W: 320.42 g; Bł: 29.25 g; Cukry: 55.92 g; NKT: 23.30 g; Sód: 2190.76 mg;			

D11-Papkowata		D12-Płynna wzmocniona	D13GL-Bezglutenowa	D13ML-Bezmleczna	Oddział Dzienny Psychiatryczny
2026-10-03 sobota	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml [GLU, ML] Płatki owsiane 20 g [GLU, SEZ] Bułka pszenna 90 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Kiełbasa żywiecka(wędliny Chłopskie) 50 g [GLU, GOR, SOJ] ser topiony 30 g [ML] Herbata z cytryną 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml [GLU, ML] Bułka pszenna 90 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Kiełbasa żywiecka(wędliny Chłopskie) 50 g [GLU, GOR, SOJ] ser topiony 30 g [ML] Herbata z cytryną 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml [ML] chleb bezglutenowy 100 g [JAJ, ML] Margaryna 15 g [ML] jaja 2 szt [JAJ] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Zupa diet. 450 ml [SEL] Chleb pszenny 100 g [GLU] Kiełbasa żywiecka(wędliny Chłopskie) 70 g [GLU, GOR, SOJ] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml
	2. śniadanie	Skyr owocowy 1 szt [ML]			Mus owocowy 1 szt
	Obiad	Kminkowa z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Medaliony z indyka gotowane 70 g Sos pomidorowy 100 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Marchewka gotowana 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Kminkowa z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Medaliony z indyka gotowane 70 g Sos pomidorowy 100 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Zupa diet. 450 ml [SEL] Medaliony z indyka gotowane 70 g Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Marchewka gotowana 120 g [GLU, ML] Herbata z cytryną 250 ml	Zupa diet. 450 ml [SEL] Medaliony z indyka gotowane 70 g Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Marchewka gotowana 120 g [GLU] Herbata z cytryną 250 ml
	Kolacja	Bułka graham 90 g [GLU] masło 10 g [ML] serek wiejski 1 szt [ML] Herbata z cytryną 250 ml	Chleb pszenny 100 g [GLU] masło 10 g [ML] serek wiejski 1 szt [ML] Herbata z cytryną 250 ml	chleb bezglutenowy 100 g [JAJ, ML] masło 10 g [ML] serek wiejski 1 szt [ML] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Bułka pszenna 90 g [GLU] jaja 2 szt [JAJ] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml
	Posiłek nocny	Owsianka w tubce 1 szt [GLU, ML]		Jabłko 150 g	
KCAL: 2166.43 kcal; B: 123.26 g; T: 59.68 g; W: 283.49 g; Bł: 23.97 g; Cukry: 41.44 g; NKT: 27.68 g; Sód: 1990.23 mg;		KCAL: 2053.39 kcal; B: 120.35 g; T: 56.30 g; W: 261.48 g; Bł: 15.46 g; Cukry: 31.93 g; NKT: 27.01 g; Sód: 1943.85 mg;	KCAL: 2221.30 kcal; B: 121.34 g; T: 78.39 g; W: 263.20 g; Bł: 30.48 g; Cukry: 53.93 g; NKT: 25.23 g; Sód: 1687.94 mg;	KCAL: 1948.65 kcal; B: 103.33 g; T: 30.89 g; W: 311.21 g; Bł: 30.83 g; Cukry: 35.71 g; NKT: 10.52 g; Sód: 1792.02 mg;	

D01- Podstawowa		D02. Łatwostrawna	D03- Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	D05-Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07-Bogatobiałkowa	
2026-10-04 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml [GLU, ML, SEZ] Chleb 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Kiełbasa szynkowa(Wędliny Chłopskie) 50 g [GLU, GOR, SOJ] Pasta z warzyw gotowanych 60 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Ogórek zielony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml [GLU, ML, SEZ] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Kiełbasa szynkowa(Wędliny Chłopskie) 50 g [GLU, GOR, SOJ] Pasta z warzyw gotowanych 60 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Ogórek zielony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Chleb graham 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Kiełbasa szynkowa(Wędliny Chłopskie) 50 g [GLU, GOR, SOJ] Pasta z warzyw gotowanych 60 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Ogórek zielony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml [GLU, ML, SEZ] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 5 g [ML] Kiełbasa szynkowa(Wędliny Chłopskie) 50 g [GLU, GOR, SOJ] Pasta z warzyw gotowanych 60 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	
	2. śniadanie	Pomarańcza 1 szt		Grejpfrut 1 szt	Pomarańcza 1 szt	
	Obiad	Rosół z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Klops 70 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Sos pieczarkowy 100 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Fasolka szparagowa 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Rosół z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Potrawka z kurczaka 150 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Fasolka szparagowa 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Rosół z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Potrawka z kurczaka 150 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Marchewka gotowana 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Rosół z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Potrawka z kurczaka 150 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Fasolka szparagowa 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	
	Kolacja	Chleb razowy 100 g [GLU] masło 10 g [ML] Sałatka z tuńczyka 100 g [RYB, GOR] jaja 1 szt [JAJ] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Chleb pszenny 100 g [GLU] masło 10 g [ML] Pasta z tuńczyka 50 g [RYB] jaja 1 szt [JAJ] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Bułka graham 90 g [GLU] masło 10 g [ML] Sałatka z tuńczyka 100 g [RYB, GOR] jaja 1 szt [JAJ] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Bułka pszenna 90 g [GLU] masło 5 g [ML] dżem 1 szt miód 1 szt [GLU, ML, OR, SOJ] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Bułka pszenna 90 g [GLU] masło 10 g [ML] Pasta z tuńczyka 50 g [RYB] jaja 1 szt [JAJ] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml
	Posiłek nocny	jogurt naturalny 1 szt [ML]		jogurt naturalny 1 szt [ML] Chleb 0,5 [Por] x 100 g [GLU] Margaryna 5 g [ML]	jogurt naturalny 1 szt [ML]	
		KCAL: 2409.41 kcal; B: 110.87 g; T: 73.92 g; W: 314.63 g; Bł: 36.81 g; Cukry: 57.29 g; NKT: 25.71 g; Sód: 2205.34 mg;	KCAL: 2348.51 kcal; B: 118.09 g; T: 66.45 g; W: 303.60 g; Bł: 29.57 g; Cukry: 52.59 g; NKT: 23.62 g; Sód: 1983.31 mg;	KCAL: 2247.97 kcal; B: 106.02 g; T: 63.56 g; W: 301.77 g; Bł: 40.21 g; Cukry: 45.72 g; NKT: 20.47 g; Sód: 1848.69 mg;	KCAL: 2063.62 kcal; B: 96.69 g; T: 40.63 g; W: 327.88 g; Bł: 29.00 g; Cukry: 67.50 g; NKT: 15.19 g; Sód: 1671.46 mg;	KCAL: 2331.05 kcal; B: 116.71 g; T: 66.37 g; W: 300.14 g; Bł: 28.44 g; Cukry: 53.16 g; NKT: 23.55 g; Sód: 1862.35 mg;

D11-Papkowata		D12-Płynna wzmocniona	D13GL-Bezglutenowa	D13ML-Bezmleczna	Oddział Dzienny Psychiatryczny
2026-10-04 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml [GLU, ML, SEZ] Bułka pszenna 90 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Kiełbasa szynkowa(Wędliny Chłopskie) 50 g [GLU, GOR, SOJ] Pasta z warzyw gotowanych 60 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Herbata z cytryną 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml [ML] chleb bezglutenowy 100 g [JAJ, ML] Margaryna 15 g [ML] Filet pieczony z indyka(Spizarnia) 50 g Pasta z warzyw gotowanych 60 g [ML, SEL] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Zupa diet. 450 ml [SEL] Chleb pszenny 100 g [GLU] Kiełbasa szynkowa(Wędliny Chłopskie) 50 g [GLU, GOR, SOJ] Pasta z warzyw gotowanych 60 g [SEL] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	
	2. śniadanie	Mus owocowy 1 szt	Pomarańcza 1 szt		
	Obiad	Rosół z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Potrawka z kurczaka 150 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Marchewka gotowana 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Zupa diet. 450 ml [SEL] Potrawka z kurczaka 150 g [ML, SEL] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Zupa diet. 450 ml [SEL] Potrawka z kurczaka 150 g [GLU, SEL] Ziemniaki z koperkiem 200 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	
	Kolacja	masło 10 g [ML] Pasta z tuńczyka 50 g [RYB] jaja 1 szt [JAJ] Herbata z cytryną 250 ml	Bułka pszenna 90 g [GLU] masło 10 g [ML] Pasta z tuńczyka 50 g [RYB] jaja 1 szt [JAJ] Herbata z cytryną 250 ml	chleb bezglutenowy 100 g [JAJ, ML] masło 10 g [ML] Sałatka z tuńczyka 100 g [RYB, GOR] jaja 1 szt [JAJ] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Bułka pszenna 90 g [GLU] Pasta z tuńczyka 50 g [RYB] jaja 1 szt [JAJ] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml
	Posiłek nocny	jogurt naturalny 1 szt [ML]		jabłka 1 g	
KCAL: 2183.46 kcal; B: 108.57 g; T: 63.87 g; W: 247.96 g; Bł: 23.96 g; Cukry: 34.60 g; NKT: 22.94 g; Sód: 1068.73 mg;		KCAL: 2225.66 kcal; B: 110.55 g; T: 63.09 g; W: 282.57 g; Bł: 23.53 g; Cukry: 35.46 g; NKT: 22.80 g; Sód: 1408.58 mg;	KCAL: 2196.11 kcal; B: 98.24 g; T: 74.14 g; W: 273.76 g; Bł: 31.44 g; Cukry: 51.07 g; NKT: 21.74 g; Sód: 1257.88 mg;	KCAL: 1995.01 kcal; B: 91.55 g; T: 39.91 g; W: 303.24 g; Bł: 29.39 g; Cukry: 35.95 g; NKT: 8.81 g; Sód: 1699.98 mg;	

D01- Podstawowa		D02. Łatwostrawna	D03- Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	D05-Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07-Bogatobiałkowa	
2026-10-05 poniedziałek	Śniadanie	Ryż na mleku 350 g [GLU, ML, SEL, OZ, SO2, ŁUB] Chleb 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Twarożek z koperkiem 50 g [ML] Parówka(Wędliny Chłopskie) 60 g [GLU, GOR] Kecup Pudliszki 0,1 szt [SEL] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Ryż na mleku 350 g [GLU, ML, SEL, OZ, SO2, ŁUB] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Twarożek z koperkiem 50 g [ML] Parówka(Wędliny Chłopskie) 60 g [GLU, GOR] Kecup Pudliszki 0,1 szt [SEL] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Chleb graham 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Twarożek z koperkiem 50 g [ML] Parówka(Wędliny Chłopskie) 60 g [GLU, GOR] Kecup Pudliszki 0,1 szt [SEL] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Ryż na mleku 350 g [GLU, ML, SEL, OZ, SO2, ŁUB] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 5 g [ML] Twarożek z koperkiem 50 g [ML] Filet pieczony z indyka(Spiżarnia) 50 g Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Ryż na mleku 350 g [GLU, ML, SEL, OZ, SO2, ŁUB] Margaryna 15 g [ML] Twarożek z koperkiem 50 g [ML] Filet pieczony z indyka(Spiżarnia) 70 g Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml Bułka pszenna 90 g [GLU]
	2. śniadanie	Mus owocowy 1 szt				
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Makaron z sosem mięsno pomidorowym 300 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Sałata lodowa 35 g Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]				
	Kolacja	Chleb razowy 100 g [GLU] masło 10 g [ML] Pasta mięsna 60 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Sałatka warzywna 80 g Kawa z mlekiem 250 ml [GLU, ML]	Chleb pszenny 100 g [GLU] masło 10 g [ML] Pasta mięsna 60 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Pomidor 50 g Kawa z mlekiem 250 ml [GLU, ML]	Bułka graham 90 g [GLU] masło 10 g [ML] Pasta mięsna 60 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Sałatka warzywna 80 g Kawa z mlekiem 250 ml [GLU, ML]	Bułka pszenna 90 g [GLU] masło 5 g [ML] Pasta mięsna 60 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Pomidor 50 g Herbata z cytryną 250 ml	Bułka pszenna 90 g [GLU] masło 10 g [ML] Pasta mięsna 60 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Sałatka warzywna 80 g Kawa z mlekiem 250 ml [GLU, ML]
	Posiłek nocny	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g Chleb 0,5 [Por] x 100 g [GLU] Margaryna 5 g [ML]	Jabłko 150 g		
	KCAL: 2424.47 kcal; B: 103.47 g; T: 78.08 g; W: 347.13 g; Bł: 32.37 g; Cukry: 72.99 g; NKT: 28.73 g; Sód: 1827.54 mg;	KCAL: 2433.99 kcal; B: 108.09 g; T: 75.74 g; W: 346.43 g; Bł: 24.44 g; Cukry: 69.15 g; NKT: 28.42 g; Sód: 1891.62 mg;	KCAL: 2306.89 kcal; B: 97.29 g; T: 75.77 g; W: 329.54 g; Bł: 33.66 g; Cukry: 56.22 g; NKT: 25.64 g; Sód: 1877.88 mg;	KCAL: 2033.49 kcal; B: 98.25 g; T: 45.04 g; W: 317.78 g; Bł: 21.87 g; Cukry: 51.46 g; NKT: 16.18 g; Sód: 1184.10 mg;	KCAL: 2306.97 kcal; B: 110.07 g; T: 64.48 g; W: 330.32 g; Bł: 21.39 g; Cukry: 66.02 g; NKT: 24.09 g; Sód: 1192.16 mg;	

D11-Papkowata		D12-Płynna wzmocniona	D13GL-Bezglutenowa	D13ML-Bezmleczna	Oddział Dzienny Psychiatryczny
2026-10-05 poniedziałek	Śniadanie	Ryż na mleku 350 g [GLU, ML, SEL, OZ, SO2, ŁUB] Bułka pszenna 90 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Twarożek z koperkiem 50 g [ML] Filet pieczony z indyka(Spizarnia) 50 g Herbata z cytryną 250 ml płatki jęczmienne 50 g [GLU, SEL, OR, OZ, SO2, ŁUB]	Ryż na mleku 350 g [GLU, ML, SEL, OZ, SO2, ŁUB] Bułka pszenna 90 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Twarożek z koperkiem 50 g [ML] Herbata z cytryną 250 ml płatki jęczmienne 50 g [GLU, SEL, OR, OZ, SO2, ŁUB]	Ryż na mleku 350 g [GLU, ML, SEL, OZ, SO2, ŁUB] chleb bezglutenowy 100 g [JAJ, ML] Margaryna 15 g [ML] Twarożek z koperkiem 50 g [ML] Filet pieczony z indyka(Spizarnia) 50 g Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Chleb pszenny 100 g [GLU] jaja 2 szt [JAJ] Filet pieczony z indyka(Spizarnia) 50 g Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml
	2. śniadanie	Mus owocowy 1 szt		Mus owocowy 1 szt Płatki owsiane 20 g [GLU, SEZ]	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Makaron z sosem mięsno pomidorowym 300 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Zupa diet. 450 ml [SEL] Sztuka mięsa 70 g Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Sałata lodowa 35 g Herbata z cytryną 250 ml	Zupa diet. 450 ml [SEL] Makaron z sosem mięsno pomidorowym 300 g [GLU, JAJ] Sałata lodowa 35 g Herbata z cytryną 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Makaron z sosem mięsno pomidorowym 300 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Sałata lodowa 35 g Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]
	Kolacja	Bułka pszenna 90 g [GLU] masło 10 g [ML] Pasta mięsna 60 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Kawa z mlekiem 250 ml [GLU, ML]	chleb bezglutenowy 100 g [JAJ, ML] masło 10 g [ML] Pasta mięsna 60 g [ML, SEL] Pomidor 50 g Herbata z cytryną 250 ml	Bułka pszenna 90 g [GLU] Pasta mięsna 60 g [ML, SEL] Pomidor 50 g Herbata z cytryną 250 ml	
	Posilek nocny		Jabłko 150 g		
KCAL: 2318.51 kcal; B: 108.59 g; T: 61.06 g; W: 342.21 g; Bł: 20.96 g; Cukry: 45.14 g; NKT: 23.62 g; Sód: 1501.60 mg;		KCAL: 2272.01 kcal; B: 98.59 g; T: 60.51 g; W: 341.91 g; Bł: 20.96 g; Cukry: 45.14 g; NKT: 23.37 g; Sód: 1501.60 mg;	KCAL: 2028.30 kcal; B: 96.52 g; T: 68.63 g; W: 257.72 g; Bł: 26.78 g; Cukry: 43.45 g; NKT: 22.05 g; Sód: 421.36 mg;	KCAL: 1970.10 kcal; B: 99.74 g; T: 52.91 g; W: 282.01 g; Bł: 21.07 g; Cukry: 30.96 g; NKT: 13.45 g; Sód: 1277.45 mg;	KCAL: 737.00 kcal; B: 29.58 g; T: 14.61 g; W: 126.94 g; Bł: 9.86 g; Cukry: 11.97 g; NKT: 2.96 g; Sód: 108.82 mg;

D01- Podstawowa		D02. Łatwostrawna	D03- Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	D05-Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07-Bogatobiałkowa	
2026-10-06 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml [ML] Chleb 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Jajka w dipie koperkowym 120 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] papryka 50 g Herbata z cytryną 250 ml Sałata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml [ML] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Jajka w dipie koperkowym 120 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] papryka 50 g Herbata z cytryną 250 ml Sałata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml [ML] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 5 g [ML] Szynka drobiowa (Wędliny Chłopskie) 50 g [GLU, SEL, GOR] Pomidor 50 g Herbata z cytryną 250 ml Sałata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml [ML] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Jajka w dipie koperkowym 120 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Pomidor 50 g Herbata z cytryną 250 ml Sałata zielona 5 g	
	2. śniadanie	Owsianka w tubce 1 szt [GLU, ML]				
	Obiad	Ogórkowa z ryżem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SO2, ŁUB, SOJ] Kotlet schabowy 70 g [GLU, JAJ] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Surówka z kapusty pekińskiej 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, SEZ, SO2, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Ogórkowa z ryżem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SO2, ŁUB, SOJ] Schab gotowany 70 g Sos koperkowy 100 ml [GLU, ML] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Surówka z marchewki 120 g [ML] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Ryżowa na rosole 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SO2, ŁUB, SOJ] Schab gotowany 70 g Sos koperkowy 100 ml [GLU, ML] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Surówka z marchewki 120 g [ML] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Ogórkowa z ryżem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SO2, ŁUB, SOJ] Schab gotowany 70 g Sos koperkowy 100 ml [GLU, ML] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Surówka z marchewki 120 g [ML] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	
	Kolacja	Chleb razowy 100 g [GLU] masło 10 g [ML] Sałatka z brokuła 150 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Szynka konserwowa(Wędliny chłopskie) 30 g [GLU, GOR, SOJ] Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Chleb pszenny 100 g [GLU] masło 10 g [ML] Sałatka z brokuła 150 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Szynka konserwowa(Wędliny chłopskie) 30 g [GLU, GOR, SOJ] Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Bułka graham 90 g [GLU] masło 10 g [ML] Sałatka z brokuła 150 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Szynka konserwowa(Wędliny chłopskie) 30 g [GLU, GOR, SOJ] Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Bułka pszenna 90 g [GLU] masło 5 g [ML] Twarożek z koperkiem 50 g [ML] Szynka konserwowa(Wędliny chłopskie) 30 g [GLU, GOR, SOJ] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Bułka pszenna 90 g [GLU] masło 10 g [ML] Sałatka z brokuła 150 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Szynka konserwowa(Wędliny chłopskie) 30 g [GLU, GOR, SOJ] Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml
	Posiłek nocny	sok wielowarzywny 1 szt [SEL]		sok wielowarzywny 1 szt [SEL] Chleb 0,5 [Por] x 100 g [GLU] Margaryna 5 g [ML]	sok wielowarzywny 1 szt [SEL]	
		KCAL: 2413.95 kcal; B: 117.99 g; T: 81.40 g; W: 317.56 g; Bł: 35.62 g; Cukry: 51.04 g; NKT: 28.02 g; Sód: 2866.24 mg;	KCAL: 2239.37 kcal; B: 117.96 g; T: 68.17 g; W: 300.01 g; Bł: 26.96 g; Cukry: 48.73 g; NKT: 27.37 g; Sód: 2892.01 mg;	KCAL: 2088.73 kcal; B: 106.62 g; T: 66.11 g; W: 282.94 g; Bł: 36.48 g; Cukry: 35.39 g; NKT: 24.26 g; Sód: 2873.35 mg;	KCAL: 1820.58 kcal; B: 97.25 g; T: 39.31 g; W: 289.28 g; Bł: 23.46 g; Cukry: 46.35 g; NKT: 16.27 g; Sód: 2533.50 mg;	KCAL: 2155.91 kcal; B: 107.23 g; T: 65.74 g; W: 294.70 g; Bł: 25.83 g; Cukry: 47.70 g; NKT: 25.90 g; Sód: 2749.05 mg;

D11-Papkowata		D12-Płynna wzmocniona	D13GL-Bezglutenowa	D13ML-Bezmleczna	Oddział Dzienny Psychiatryczny	
2026-10-06 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml [ML] Bułka pszenna 90 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Jajka w dipie koperkowym 120 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Płatki jęczmienne na mleku 350 ml [GLU, ML, SEL, OR, OZ, SO2, ŁUB] Herbata z cytryną 250 ml	Bułka pszenna 90 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Jajka w dipie koperkowym 120 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Herbata z cytryną 250 ml Płatki jęczmienne na mleku 350 ml [GLU, ML, SEL, OR, OZ, SO2, ŁUB] papryka 50 g Herbata z cytryną 250 ml Sałata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml [ML] chleb bezglutenowy 100 g [JAJ, ML] Margaryna 15 g [ML] Jajka w dipie koperkowym 120 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] papryka 50 g Herbata z cytryną 250 ml Sałata zielona 5 g	Chleb pszenny 100 g [GLU] Szynka drobiowa (Wędliny Chłopskie) 50 g [GLU, SEL, GOR] jaja 2 szt [JAJ] Pomidor 50 g Herbata z cytryną 250 ml Sałata zielona 5 g	
	2. śniadanie	Owsianka w tubce 1 szt [GLU, ML]	jogurt naturalny 1 szt [ML]	Ciastka owsiane SANTE 1 szt [GLU, ML, OR, OZ, SOJ]		
	Obiad	Ryżowa na rosole 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SO2, ŁUB, SOJ] Schab gotowany 70 g Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Sos koperkowy 100 ml [GLU, ML] Marchewka gotowana 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Ryżowa na rosole 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SO2, ŁUB, SOJ] Schab gotowany 70 g Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Sos koperkowy 100 ml [GLU, ML]	Ryżowa na rosole 450 ml [SEL] Schab gotowany 70 g Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Surówka z marchewki 120 g [ML] Herbata z cytryną 250 ml	Ryżowa na rosole 450 ml [GLU, SEL, OZ, SO2, ŁUB] Schab gotowany 70 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z marchewki 120 g Herbata z cytryną 250 ml	Ogórkowa z ryżem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SO2, ŁUB, SOJ] Schab gotowany 70 g Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Surówka z marchewki 120 g [ML] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Sos koperkowy 100 ml [GLU, ML]
	Kolacja	Herbata z cytryną 250 ml masło 10 g [ML] Twarożek z koperkiem 50 g [ML] Szynka konserwowa(Wędliny chłopskie) 30 g [GLU, GOR, SOJ] Chleb graham 100 g [GLU]	Bułka pszenna 90 g [GLU] masło 10 g [ML] Twarożek z koperkiem 50 g [ML] Herbata z cytryną 250 ml	chleb bezglutenowy 100 g [JAJ, ML] masło 10 g [ML] Filet z indyka pieczony(Spizarnia) 30 g Twarożek z koperkiem 50 g [ML] Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Bułka pszenna 90 g [GLU] Sałatka z brokuła 150 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Szynka konserwowa(Wędliny chłopskie) 70 g [GLU, GOR, SOJ] Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	
	Posiłek nocny	sok wielowarzywny 1 szt [SEL]	sok wielowarzywny 1 szt [SEL] Czekolada gorzka 0,1 szt [GLU, ML, OR, OZ, SOJ] Kakao Decomoreno 0,01 szt [ML]	sok wielowarzywny 1 szt [SEL]		
	KCAL: 2099.80 kcal; B: 111.85 g; T: 65.37 g; W: 275.87 g; Bł: 24.60 g; Cukry: 44.63 g; NKT: 25.15 g; Sód: 2403.29 mg;	KCAL: 2168.34 kcal; B: 109.16 g; T: 66.78 g; W: 292.09 g; Bł: 20.79 g; Cukry: 42.33 g; NKT: 26.63 g; Sód: 2554.55 mg;	KCAL: 2125.40 kcal; B: 112.12 g; T: 80.76 g; W: 217.10 g; Bł: 26.99 g; Cukry: 45.18 g; NKT: 26.36 g; Sód: 1669.11 mg;	KCAL: 1896.93 kcal; B: 105.89 g; T: 57.14 g; W: 258.83 g; Bł: 24.94 g; Cukry: 29.43 g; NKT: 16.13 g; Sód: 2361.59 mg;	KCAL: 617.10 kcal; B: 38.73 g; T: 8.91 g; W: 102.28 g; Bł: 12.68 g; Cukry: 11.33 g; NKT: 3.98 g; Sód: 461.64 mg;	

D01- Podstawowa		D02. Łatwostrawna	D03- Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	D05-Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07-Bogatobiałkowa
2026-10-07 środa	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml [ML, OR, OZ] Chleb 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] serek fromage 0,5 szt [ML] Krakowska drobiowa (Rzemielsnicza) 30 g [GLU, GOR, SOJ] Ogórek zielony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml [ML, OR, OZ] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] serek fromage 0,5 szt [ML] Krakowska drobiowa (Rzemielsnicza) 30 g [GLU, GOR, SOJ] Ogórek zielony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Chleb graham 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] serek fromage 0,5 szt [ML] Krakowska drobiowa (Rzemielsnicza) 30 g [GLU, GOR, SOJ] Ogórek zielony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml [ML, OR, OZ] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 5 g [ML] serek wiejski 1 szt [ML] Krakowska drobiowa (Rzemielsnicza) 30 g [GLU, GOR, SOJ] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml
	2. śniadanie	Jabłko 150 g			
	Obiad	Grysikowa na rosole 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Leczo 300 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SO2, SOJ] Chleb 100 g [GLU] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Grysikowa na rosole 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Hashe'e 70 g [ML, SEL] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Sałatka z pomidora 120 g Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]		
	Kolacja	Chleb razowy 100 g [GLU] masło 10 g [ML] Sałatka z selera konserwowego 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] dżem 1 szt Herbata z cytryną 250 ml	Chleb pszenny 100 g [GLU] masło 10 g [ML] Filet pieczony z indyka(Spizarnia) 50 g dżem 1 szt Herbata z cytryną 250 ml	Bułka graham 90 g [GLU] masło 10 g [ML] Sałatka z selera konserwowego 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Herbata z cytryną 250 ml	Bułka pszenna 90 g [GLU] masło 5 g [ML] Filet pieczony z indyka(Spizarnia) 50 g dżem 1 szt Herbata z cytryną 250 ml
	Posiłek nocny	Jogurt SBA 1 szt [ML]			
		KCAL: 2252.29 kcal; B: 79.29 g; T: 64.73 g; W: 330.35 g; Bł: 34.65 g; Cukry: 77.67 g; NKT: 29.83 g; Sód: 2244.05 mg;	KCAL: 2074.27 kcal; B: 90.80 g; T: 69.56 g; W: 273.11 g; Bł: 21.10 g; Cukry: 53.45 g; NKT: 31.72 g; Sód: 2072.51 mg;	KCAL: 1857.30 kcal; B: 74.51 g; T: 64.73 g; W: 246.00 g; Bł: 28.03 g; Cukry: 30.98 g; NKT: 28.42 g; Sód: 1486.27 mg;	KCAL: 1945.01 kcal; B: 103.73 g; T: 48.97 g; W: 273.57 g; Bł: 19.97 g; Cukry: 58.06 g; NKT: 20.95 g; Sód: 2350.60 mg;
		KCAL: 2206.76 kcal; B: 102.14 g; T: 63.57 g; W: 305.72 g; Bł: 21.95 g; Cukry: 61.83 g; NKT: 26.49 g; Sód: 2290.83 mg;			

D11-Papkowata		D12-Płynna wzmocniona	D13GL-Bezglutenowa	D13ML-Bezmleczna	Oddział Dzienny Psychiatryczny			
2026-10-07 środa	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml [ML, OR, OZ] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Krakowska drobiowa (Rzemieślnicza) 30 g [GLU, GOR, SOJ] serek wiejski 1 szt [ML] Herbata z cytryną 250 ml		Płatki kukurydziane na mleku 350 ml [ML, OR, OZ] chleb bezglutenowy 100 g [JAJ, ML] Margaryna 15 g [ML] serek wiejski 1 szt [ML] Filet pieczony z indyka(Spiżarnia) 50 g Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml		Chleb pszenny 100 g [GLU] Krakowska drobiowa (Rzemieślnicza) 70 g [GLU, GOR, SOJ] jaja 2 szt [JAJ] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml		
	2. śniadanie	Jogurt owocowy bez cukru 1 szt [GLU, ML]		Jabłko 150 g				
	Obiad	Grysikowa na rosole 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Hashe'e 70 g [ML, SEL] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Sałatka z pomidora 120 g Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Grysikowa na rosole 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Hashe'e 70 g [ML, SEL] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Zupa diet. 450 ml [SEL] Hashe'e 70 g [ML, SEL] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Sałatka z pomidora 120 g Herbata z cytryną 250 ml	Zupa diet. 450 ml [SEL] Hashe'e 70 g [SEL] Ziemniaki z koperkiem 200 g Herbata z cytryną 250 ml Sałatka z pomidora 120 g	Grysikowa na rosole 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Hashe'e 70 g [ML, SEL] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Sałatka z pomidora 120 g		
	Kolacja	Bułka pszenna 90 g [GLU] masło 10 g [ML] dżem 2 szt Herbata z cytryną 250 ml	Bułka pszenna 90 g [GLU] masło 10 g [ML] dżem 2 szt Herbata z cytryną 250 ml suchary 100 g [GLU, JAJ, ML, SOJ]	chleb bezglutenowy 100 g [JAJ, ML] masło 10 g [ML] Filet pieczony z indyka(Spiżarnia) 50 g dżem 1 szt Herbata z cytryną 250 ml	Bułka pszenna 90 g [GLU] Filet pieczony z indyka(Spiżarnia) 50 g dżem 2 szt Herbata z cytryną 250 ml			
	Posiłek nocny	Jogurt SBA 1 szt [ML]			Mus owocowy 1 szt			
KCAL: 2094.66 kcal; B: 98.45 g; T: 61.93 g; W: 284.89 g; Bł: 18.97 g; Cukry: 52.50 g; NKT: 26.43 g; Sód: 2008.70 mg;		KCAL: 2286.91 kcal; B: 105.84 g; T: 58.09 g; W: 334.88 g; Bł: 20.34 g; Cukry: 50.11 g; NKT: 26.34 g; Sód: 2453.60 mg;	KCAL: 2133.50 kcal; B: 101.28 g; T: 79.20 g; W: 258.07 g; Bł: 27.39 g; Cukry: 55.93 g; NKT: 26.03 g; Sód: 1572.94 mg;	KCAL: 1932.36 kcal; B: 101.00 g; T: 44.01 g; W: 270.29 g; Bł: 21.73 g; Cukry: 42.50 g; NKT: 14.03 g; Sód: 1613.99 mg;	KCAL: 639.25 kcal; B: 32.81 g; T: 19.65 g; W: 88.13 g; Bł: 10.10 g; Cukry: 8.67 g; NKT: 5.10 g; Sód: 166.24 mg;			

D01- Podstawowa		D02. Łatwostrawna	D03- Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	D05-Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07-Bogatobiałkowa
2026-10-08 czwartek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml [GLU, ML, SEL, OR, OZ, SO2, ŁUB] Chleb 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] serek topiony mix 17 g [ML] Kiełbasa szynkowa(Wędliny Chłopskie) 50 g [GLU, GOR, SOJ] papryka 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml [GLU, ML, SEL, OR, OZ, SO2, ŁUB] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] serek topiony mix 17 g [ML] Kiełbasa szynkowa(Wędliny Chłopskie) 50 g [GLU, GOR, SOJ] papryka 50 g Sałata zielona 5 g Pomidor 50 g Herbata z cytryną 250 ml	Chleb graham 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] serek topiony mix 17 g [ML] Kiełbasa szynkowa(Wędliny Chłopskie) 50 g [GLU, GOR, SOJ] papryka 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml [GLU, ML, SEL, OR, OZ, SO2, ŁUB] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Kiełbasa szynkowa(Wędliny Chłopskie) 60 g [GLU, GOR, SOJ] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml
	2. śniadanie	Baton twarogowy High Protein 1 szt [ML]	Kefir 1 szt [ML]	Baton twarogowy High Protein 1 szt [ML]	
	Obiad	Selerowa z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Filet drobiowy gotowany 70 g Sos koperkowy 100 ml [GLU, ML] Kasza jęczmienna 160 g [GLU, ML] Buraczki 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, SEZ, SO2, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Selerowa z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Filet drobiowy gotowany 70 g Kasza jęczmienna 160 g [GLU, ML] Sos koperkowy 100 ml [GLU, ML] Buraczki 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, SEZ, SO2, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Selerowa z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Filet drobiowy gotowany 70 g Sos koperkowy 100 ml [GLU, ML] Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, SEZ, SO2, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Selerowa z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Filet drobiowy gotowany 70 g Sos koperkowy 100 ml [GLU, ML] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Buraczki 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, SEZ, SO2, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]
	Kolacja	Chleb razowy 100 g [GLU] masło 10 g [ML] Twaróg z wędliną 60 g [GLU, ML, GOR, SOJ] Twaróg ze szczypiorkiem 50 g [ML] Ogórek zielony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Chleb pszenny 100 g [GLU] masło 10 g [ML] Twaróg z wędliną 60 g [GLU, ML, GOR, SOJ] Twaróg czysty 60 g [ML] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Bułka graham 90 g [GLU] masło 10 g [ML] Twaróg z wędliną 60 g [GLU, ML, GOR, SOJ] Twaróg ze szczypiorkiem 50 g [ML] Ogórek zielony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Chleb pszenny 100 g [GLU] masło 5 g [ML] Twarożek z koperkiem 2 [Por] x 50 g [ML] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml
Posiłek nocny		Kiwi 1 szt	Kiwi 1 szt Chleb 0,5 [Por] x 100 g [GLU] Margaryna 5 g [ML]	Kiwi 1 szt	
		KCAL: 2237.52 kcal; B: 116.11 g; T: 62.68 g; W: 306.04 g; Bł: 33.66 g; Cukry: 61.01 g; NKT: 28.36 g; Sód: 1654.28 mg;	KCAL: 2264.93 kcal; B: 120.87 g; T: 62.26 g; W: 305.28 g; Bł: 25.70 g; Cukry: 56.65 g; NKT: 28.35 g; Sód: 2454.19 mg;	KCAL: 2132.04 kcal; B: 107.67 g; T: 60.65 g; W: 292.49 g; Bł: 33.15 g; Cukry: 54.30 g; NKT: 25.48 g; Sód: 1638.37 mg;	KCAL: 2007.05 kcal; B: 118.64 g; T: 37.56 g; W: 295.53 g; Bł: 24.74 g; Cukry: 56.57 g; NKT: 18.25 g; Sód: 1916.31 mg;
		KCAL: 2188.79 kcal; B: 127.38 g; T: 53.90 g; W: 294.88 g; Bł: 23.74 g; Cukry: 59.08 g; NKT: 25.34 g; Sód: 1835.75 mg;			

D11-Papkowata		D12-Płynna wzmocniona	D13GL-Bezglutenowa	D13ML-Bezmleczna	Oddział Dzienny Psychiatryczny
2026-10-08 czwartek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml [GLU, ML, SEL, OR, OZ, SO2, ŁUB] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] serek topiony mix 17 g [ML] Kiełbasa szynkowa(Wędliny Chłopskie) 50 g [GLU, GOR, SOJ] Herbata z cytryną 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml [ML] chleb bezglutenowy 100 g [JAJ, ML] Margaryna 15 g [ML] serek topiony mix 17 g [ML] Filet z indyka pieczony(Spizarnia) 50 g papryka 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Chleb pszenny 100 g [GLU] Kiełbasa szynkowa(Wędliny Chłopskie) 70 g [GLU, GOR, SOJ] jaja 1 szt [JAJ] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	
	2. śniadanie	Baton twarogowy High Protein 1 szt [ML]	Kefir 1 szt [ML]	Jabłko 150 g	
	Obiad	Selerowa z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Filet drobiowy gotowany 70 g Sos koperkowy 100 ml [GLU, ML] Kasza jęczmienna 160 g [GLU, ML] Buraczki 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, SEZ, SO2, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Zupa diet. 450 ml [SEL] Filet drobiowy gotowany 70 g Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Buraczki 120 g [ML] Herbata z cytryną 250 ml	Zupa diet. 450 ml [SEL] Filet drobiowy gotowany 70 g Kasza jęczmienna 160 g [GLU] Buraczki 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, SEZ, SO2, SOJ] Herbata z cytryną 250 ml	Selerowa z makaronem 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Filet drobiowy gotowany 70 g Sos koperkowy 100 ml [GLU, ML] Kasza jęczmienna 160 g [GLU, ML] Buraczki 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, SEZ, SO2, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]
	Kolacja	Bułka pszenna 90 g [GLU] masło 10 g [ML] Twaróg z wędliną 60 g [GLU, ML, GOR, SOJ] Herbata z cytryną 250 ml	chleb bezglutenowy 100 g [JAJ, ML] masło 10 g [ML] Twarożek z koperkiem 2 [Por] x 50 g [ML] Twaróg ze szczypiorkiem 50 g [ML] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Bułka pszenna 90 g [GLU] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml Pasta warzywna (HUUMUS) 1 szt [GOR, SEZ, SOJ]	
	Posiłek nocny	jogurt naturalny 1 szt [ML]	Kiwi 1 szt		
		KCAL: 2156.97 kcal; B: 114.62 g; T: 58.33 g; W: 291.44 g; Bł: 21.48 g; Cukry: 45.02 g; NKT: 26.06 g; Sód: 1562.83 mg;	KCAL: 2160.83 kcal; B: 113.77 g; T: 70.57 g; W: 271.53 g; Bł: 27.50 g; Cukry: 67.56 g; NKT: 26.45 g; Sód: 1082.26 mg;	KCAL: 2063.15 kcal; B: 95.44 g; T: 53.64 g; W: 290.78 g; Bł: 30.43 g; Cukry: 48.84 g; NKT: 9.71 g; Sód: 1534.90 mg;	KCAL: 726.10 kcal; B: 42.10 g; T: 9.05 g; W: 126.13 g; Bł: 14.51 g; Cukry: 23.82 g; NKT: 2.93 g; Sód: 254.90 mg;

D01- Podstawowa		D02. Łatwostrawna	D03- Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	D05-Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07-Bogatobiałkowa	
2026-10-09 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 ml [GLU, ML] Chleb razowy 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Pasta warzywna (HUUMUS) 1 szt [GOR, SEZ, SOJ] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml [GLU, ML] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] serek wypasiony naturalny 125g 1 g [ML] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Chleb graham 1 Por [GLU] Margaryna 15 g [ML] Pasta warzywna (HUUMUS) 1 szt [GOR, SEZ, SOJ] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml [GLU, ML] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 5 g [ML] serek wypasiony naturalny 125g 1 g [ML] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml [GLU, ML] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] serek wypasiony naturalny 125g 1 g [ML] jaja 2 szt [JAJ] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml
	2. śniadanie	Banan 1 szt		Grejpfrut 1 szt	Banan 1 szt	Jogurt SBA 1 szt [ML]
	Obiad	Krupnik 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Ryba gotowana 70 g [JAJ, RYB, ML, SEL, OZ, SOJ] Sos koperkowy 100 ml [GLU, ML] Ryż na sypko 160 g [GLU, ML, SEL, OZ, SO2, ŁUB] Marchewka gotowana 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]				Krupnik 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Ryba gotowana 70g [JAJ, RYB, ML, SEL, OZ, SOJ] Ryż na sypko 160 g [GLU, ML, SEL, OZ, SO2, ŁUB] Marchewka gotowana 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]
	Kolacja	Chleb 100 g [GLU] masło 10 g [ML] Sałatka grecka 150 g [ML] Herbata z cytryną 250 ml	Chleb pszenny 100 g [GLU] masło 10 g [ML] Twarożek z koperkiem 50 g [ML] Pasta z warzyw gotowanych 60 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Herbata z cytryną 250 ml	Bułka graham 90 g [GLU] masło 10 g [ML] Sałatka grecka 150 g [ML] Herbata z cytryną 250 ml	Chleb 100 g [GLU] masło 5 g [ML] Twarożek z koperkiem 50 g [ML] Herbata z cytryną 250 ml Pasta z warzyw gotowanych 60 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ]	Bułka pszenna 90 g [GLU] masło 10 g [ML] Twarożek z koperkiem 50 g [ML] Herbata z cytryną 250 ml Pasta z warzyw gotowanych 60 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ]
	Posiłek nocny	jogurt naturalny 1 szt [ML]		jogurt naturalny 1 szt [ML] Chleb 0,5 [Por] x 100 g [GLU] Margaryna 5 g [ML]	jogurt naturalny 1 szt [ML]	
		KCAL: 2361.99 kcal; B: 84.21 g; T: 79.12 g; W: 344.65 g; Bł: 37.00 g; Cukry: 68.84 g; NKT: 20.01 g; Sód: 1715.00 mg;	KCAL: 1984.24 kcal; B: 82.10 g; T: 42.09 g; W: 335.50 g; Bł: 25.14 g; Cukry: 66.56 g; NKT: 16.86 g; Sód: 1342.73 mg;	KCAL: 2006.91 kcal; B: 69.83 g; T: 75.20 g; W: 277.96 g; Bł: 35.96 g; Cukry: 50.30 g; NKT: 16.57 g; Sód: 1337.59 mg;	KCAL: 1869.44 kcal; B: 79.58 g; T: 29.86 g; W: 337.47 g; Bł: 26.67 g; Cukry: 67.41 g; NKT: 12.28 g; Sód: 1266.94 mg;	KCAL: 2123.58 kcal; B: 113.67 g; T: 63.82 g; W: 287.89 g; Bł: 20.22 g; Cukry: 38.23 g; NKT: 24.62 g; Sód: 1501.08 mg;

D11-Papkowata		D12-Płynna wzmocniona	D13GL-Bezglutenowa	D13ML-Bezmleczna	Oddział Dzienny Psychiatryczny	
2026-10-09 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 ml [GLU, ML] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] serek wypasiony naturalny 125g 1 g [ML] Herbata z cytryną 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml [ML] chleb bezglutenowy 1 g [JAJ, ML] Margaryna 15 g [ML] serek wypasiony naturalny 125g 1 g [ML] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Chleb pszenny 100 g [GLU] Pasta warzywna (HUUMUS) 1 szt [GOR, SEZ, SOJ] Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml		
	2. śniadanie	Banan 1 szt				
	Obiad	Krupnik 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Ryba gotowana 70 g [JAJ, RYB, ML, SEL, OZ, SOJ] Sos koperkowy 100 ml [GLU, ML] Ryż na sypko 160 g [GLU, ML, SEL, OZ, SO2, ŁUB] Marchewka gotowana 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Zupa diet. 450 ml [SEL] Ryba gotowana 70 g [JAJ, RYB, ML, SEL, OZ, SOJ] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Sałata lodowa 35 g Herbata z cytryną 250 ml	Zupa diet. 450 ml [SEL] Ryba gotowana 70 g [JAJ, RYB, ML, SEL, OZ, SOJ] Ryż na sypko 160 g [GLU, SEL, OZ, SO2, ŁUB] Sałata lodowa 35 g Herbata z cytryną 250 ml	Krupnik 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OR, OZ, SOJ] Ryba gotowana 70 g [JAJ, RYB, ML, SEL, OZ, SOJ] Sos koperkowy 100 ml [GLU, ML] Ryż na sypko 160 g [GLU, ML, SEL, OZ, SO2, ŁUB] Marchewka gotowana 120 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	
	Kolacja	Chleb 100 g [GLU] masło 10 g [ML] Twarożek z koperkiem 50 g [ML] Herbata z cytryną 250 ml Pasta z warzyw gotowanych 60 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ]	Bułka pszenna 90 g [GLU] masło 10 g [ML] Twarożek z koperkiem 50 g [ML] Herbata z cytryną 250 ml Pasta z warzyw gotowanych 60 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ]	chleb bezglutenowy 100 g [JAJ, ML] masło 10 g [ML] Twarożek z koperkiem 50 g [ML] Herbata z cytryną 250 ml Pasta z warzyw gotowanych 60 g [JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ]	Chleb 100 g [GLU] Sałatka grecka 150 g jaja 1 szt [JAJ] Herbata z cytryną 250 ml	
	Posiłek nocny	jogurt naturalny 1 szt [ML]				
	KCAL: 1968.84 kcal; B: 79.13 g; T: 41.88 g; W: 335.34 g; Bł: 26.00 g; Cukry: 66.03 g; NKT: 16.81 g; Sód: 1275.29 mg;	KCAL: 1956.48 kcal; B: 80.20 g; T: 41.90 g; W: 329.84 g; Bł: 23.34 g; Cukry: 65.68 g; NKT: 16.76 g; Sód: 1217.57 mg;	KCAL: 1594.15 kcal; B: 66.48 g; T: 46.84 g; W: 236.06 g; Bł: 22.12 g; Cukry: 59.72 g; NKT: 16.27 g; Sód: 351.01 mg;	KCAL: 1944.08 kcal; B: 74.25 g; T: 56.16 g; W: 296.46 g; Bł: 26.55 g; Cukry: 42.47 g; NKT: 8.30 g; Sód: 1582.59 mg;	KCAL: 658.88 kcal; B: 30.57 g; T: 6.50 g; W: 128.84 g; Bł: 12.86 g; Cukry: 13.09 g; NKT: 1.68 g; Sód: 165.43 mg;	

D01- Podstawowa		D02. Łatwostrawna	D03- Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	D05-Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07-Bogatobiałkowa	
2026-10-10 sobota	Śniadanie	Makaron na mleku 350 ml [GLU, JAJ, ML] Chleb 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Paszтет drobiowy(Wędliny Chłopskie) 50 g [GLU, ML, SEL, GOR, SOJ] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Makaron na mleku 350 ml [GLU, JAJ, ML] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Paszтет drobiowy(Wędliny Chłopskie) 50 g [GLU, ML, SEL, GOR, SOJ] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Chleb graham 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Paszтет drobiowy(Wędliny Chłopskie) 50 g [GLU, ML, SEL, GOR, SOJ] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Makaron na mleku 350 ml [GLU, JAJ, ML] Chleb 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Fileт pieczony z indyka(Spizarnia) 50 g Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	
	2. śniadanie	wafle ryżowe 40 g [SEZ]		Jogurt SBA 1 szt [ML]	wafle ryżowe 40 g [SEZ] Zupa diet. 450 ml [SEL]	Kefir 1 szt [ML]
	Obiad	Żurek z ziemniakami 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Kluski śląskie z sosem mięsno jarzynowym 220 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Sałata lodowa 35 g Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]			Sztuka mięsa 70 g Sałata lodowa 35 g Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML]	Żurek z ziemniakami 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Sztuka mięsa 70 g Sałata lodowa 35 g Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML]
	Kolacja	Chleb razowy 100 g [GLU] masło 10 g [ML] serek topiony mix 17 g [ML] Krakowska drobiowa (Rzemiełnicza) 50 g [GLU, GOR, SOJ] papryka 50 g Herbata z cytryną 250 ml Sałata zielona 5 g	Chleb pszenny 100 g [GLU] masło 10 g [ML] serek topiony mix 17 g [ML] Krakowska drobiowa (Rzemiełnicza) 50 g [GLU, GOR, SOJ] Pomidor 50 g Herbata z cytryną 250 ml Sałata zielona 5 g	Bułka graham 90 g [GLU] masło 10 g [ML] serek wiejski 1 szt [ML] Krakowska drobiowa (Rzemiełnicza) 30 g [GLU, GOR, SOJ] papryka 50 g Herbata z cytryną 250 ml Sałata zielona 5 g	Chleb pszenny 100 g [GLU] masło 5 g [ML] serek wiejski 1 szt [ML] Krakowska drobiowa (Rzemiełnicza) 30 g [GLU, GOR, SOJ] Pomidor 50 g Herbata z cytryną 250 ml Sałata zielona 5 g	Bułka graham 90 g [GLU] masło 10 g [ML] serek wiejski 1 szt [ML] Krakowska drobiowa (Rzemiełnicza) 30 g [GLU, GOR, SOJ] Pomidor 50 g Herbata z cytryną 250 ml Sałata zielona 5 g
	Posiłek nocny	Jabłko 150 g		Jabłko 150 g Chleb 0,5 [Por] x 100 g [GLU] Margaryna 5 g [ML]	Jabłko 150 g	
	KCAL: 2145.80 kcal; B: 69.17 g; T: 60.46 g; W: 308.62 g; Bł: 29.01 g; Cukry: 45.75 g; NKT: 30.79 g; Sód: 1628.91 mg;	KCAL: 2177.36 kcal; B: 74.06 g; T: 60.09 g; W: 308.86 g; Bł: 21.23 g; Cukry: 42.38 g; NKT: 30.79 g; Sód: 1699.41 mg;	KCAL: 2011.13 kcal; B: 78.71 g; T: 61.57 g; W: 272.28 g; Bł: 29.05 g; Cukry: 33.73 g; NKT: 29.74 g; Sód: 2103.53 mg;	KCAL: 1963.44 kcal; B: 104.61 g; T: 35.72 g; W: 304.56 g; Bł: 21.34 g; Cukry: 46.28 g; NKT: 17.00 g; Sód: 2158.61 mg;	KCAL: 2060.06 kcal; B: 111.19 g; T: 53.84 g; W: 287.23 g; Bł: 25.09 g; Cukry: 59.53 g; NKT: 24.99 g; Sód: 2167.12 mg;	

D11-Papkowata		D12-Płynna wzmocniona	D13GL-Bezglutenowa	D13ML-Bezmleczna	Oddział Dzienny Psychiatryczny	
2026-10-10 sobota	Śniadanie	Makaron na mleku 350 ml [GLU, JAJ, ML] Płatki owsiane 25 g [GLU, SEZ] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Filet z indyka pieczony(Spizarnia) 50 g Herbata z cytryną 250 ml	Makaron na mleku 350 ml [GLU, JAJ, ML] Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Filet pieczony z indyka(Spizarnia) 50 g Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml	Chleb pszenny 100 g [GLU] Margaryna 15 g [ML] Filet pieczony z indyka(Spizarnia) 50 g jaja 2 szt [JAJ] Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g Herbata z cytryną 250 ml		
	2. śniadanie	Kefir 1 szt [ML] Zupa diet. 450 ml [SEL]	wafle ryżowe 40 g [SEZ] Zupa diet. 450 ml [SEL]			
	Obiad	Sztuka mięsa 70 g Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML] Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]	Sztuka mięsa 70 g Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML]	Sztuka mięsa 70 g Sałata lodowa 35 g Herbata z cytryną 250 ml Ziemniaki z koperkiem 200 g [ML]	Sztuka mięsa 70 g Sałata lodowa 35 g Herbata z cytryną 250 ml Ziemniaki z koperkiem 200 g	Żurek z ziemniakami 450 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, OZ, SOJ] Kluski śląskie z sosem mięsno jarzynowym 220 g [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ] Sałata lodowa 35 g Kompot owocowy 250 ml [GLU, JAJ, ML, SEL, GOR, SOJ]
	Kolacja	Bułka pszenna 90 g [GLU] masło 10 g [ML] serek wiejski 1 szt [ML] Krakowska drobiowa (Rzemielsnicza) 30 g [GLU, GOR, SOJ] Herbata z cytryną 250 ml	chleb bezglutenowy 100 g [JAJ, ML] masło 10 g [ML] serek wiejski 1 szt [ML] Filet z indyka pieczony(Spizarnia) 30 g Pomidor 50 g Herbata z cytryną 250 ml Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna 90 g [GLU] Krakowska drobiowa (Rzemielsnicza) 50 g [GLU, GOR, SOJ] Pomidor 50 g Herbata z cytryną 250 ml Sałata zielona 5 g		
	Posilek nocny	Mus owocowy 1 szt	Jabłko 150 g			
	KCAL: 2097.96 kcal; B: 113.05 g; T: 50.83 g; W: 295.32 g; Bł: 17.84 g; Cukry: 39.60 g; NKT: 24.13 g; Sód: 1786.91 mg;	KCAL: 2003.96 kcal; B: 110.08 g; T: 49.03 g; W: 277.99 g; Bł: 16.11 g; Cukry: 38.97 g; NKT: 23.82 g; Sód: 1785.66 mg;	KCAL: 1774.52 kcal; B: 80.70 g; T: 58.19 g; W: 231.14 g; Bł: 24.53 g; Cukry: 27.16 g; NKT: 17.63 g; Sód: 1085.14 mg;	KCAL: 1870.88 kcal; B: 98.74 g; T: 44.78 g; W: 259.06 g; Bł: 18.90 g; Cukry: 23.50 g; NKT: 14.58 g; Sód: 1599.39 mg;	KCAL: 634.20 kcal; B: 19.92 g; T: 15.49 g; W: 107.80 g; Bł: 9.69 g; Cukry: 7.47 g; NKT: 6.73 g; Sód: 92.12 mg;	

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna[kcal],

- Białko ogółem,*
- Tłuszcz,*
- Węglowodany ogółem,*
- Sód,*
- Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,*
- Sacharoza,*
- Laktoza,*
- Błonnik pokarmowy,*
- suma cukrów prostych,*