

Piątek, 6.02.2026 (Dieta 1 podstawowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 1.5% tł 300ml (MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), Dżem 50g, Banan 1/2 szt
Obiad	Zupa żurek z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, JAJA) Kotlet z soczewicy pieczony 80g, Ryż brązowy 150g, Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 100g, Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Ser topiony 50g (MLEKO), brzoskwinia 1 szt. II: JABŁKO 1 szt
Piątek, 6.02.2026 (Dieta 2 łatwo strawna)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 1.5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), Dżem 50g, Banan 1/2 szt
Obiad	Zupa wiejska z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pulpety mielone 80g (JAJA, GLUTEN), Sos pomidorowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 150g, marchewka z oliwą 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa4 (SELER), Brzoskwinia 1 szt, II: JABŁKO 1 szt
Piątek, 6.02.2026 (Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 0,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), twaróg 60g (MLEKO), Dżem 50g, Banan 1/2 szt
Obiad	Zupa wiejska z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pulpety mielone 80g (JAJA, GLUTEN), Sos pomidorowy bez tłuszczu 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 150g, marchewka 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN),), szynka drobiowa 40g (SELER), Brzoskwinia 1 szt II: jabłko 1 szt
Piątek, 6.02.2026 (Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 1.5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), Dżem 50g, Banan 1/2 szt
Obiad	Zupa wiejska z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pulpety mielone 80g (JAJA, GLUTEN), Sos pomidorowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 150g, marchewka z oliwą 100g Kompot 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER), Brzoskwinia 1szt, II: Jabłko 1 szt
Piątek, 6.02.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), kiwi 1 szt II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), pasta warzywna 30g (GLUTEN, SOJA), Rukola 5g
Obiad	Zupa żurek z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, JAJA) Kotlet z soczewicy 80g, Ryż brązowy 150g, Surówka z kapusty kiszonej z olejem rzepakowym 100g, Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Ser topiony 50g (MLEKO), Brzoskwinia 1 szt. II: jabłko 1 szt
Piątek, 6.02.2026 (Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), twaróg 40g (MLEKO),, Banan 1/2 szt II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Pasta z tofu 20g (MLEKO, SOJA),
Obiad	Pulpety mielone 60g (JAJA, GLUTEN), Sos pomidorowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż brązowy 150g, marchewka z oliwą 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 20g (SELER), Brzoskwinia 1 szt, II: jabłko 1 szt
Piątek, 6.02.2026 (Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 40g (MLEKO), Dżem 50g, Banan 1/2 szt
Obiad	Zupa wiejska z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pulpety mielone 60g (JAJA, GLUTEN), Sos pomidorowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 150g, marchewka z oliwą 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 20g (SELER), Brzoskwinia 1 szt, II: jabłko 1szt
Piątek, 6.02.2026 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Kasza kukurydziana, Mleko 1.5% tł. (MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Pomidor bez skóry
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Brokuły, Ziemniaki, Ryż biały, Włoszczyzna (SELER), Jajko gotowane (JAJA), Śmietana (MLEKO), Oliwa z oliwek

Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Gotowany burak II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Piątek, 6.02.2026 (Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szyńka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Pomidor Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Tofu (SOJA), Jogurt (MLEKO), Jabłko
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Brokuły, Ziemniaki, Ryż brązowy, Włoszczyzna (SELER), Jajko gotowane (AJAJ), Śmietana (MLEKO), Oliwa z oliwek
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Gotowany burak II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Piątek, 6.02.2026 (Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Kasza kukurydziana, Mleko 1.5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szyńka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Pomidor bez skóry
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Brokuły, Ziemniaki, Ryż biały, Włoszczyzna (SELER), Jajko gotowane (AJAJ), Śmietana (MLEKO), Oliwa z oliwek
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Woda, Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Gotowany burak II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Piątek, 6.02.2026 (Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 1.5% tł 300ml (MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), Dżem 50g, Banan 1/2 szt II: orzechy włoskie 30g (ORZECY)
Obiad	Zupa wiejska z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pulpety mielone 80g (AJAJ, GLUTEN), Sos pomidorowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 150g, Włoszczyzna oprószone z oliwą 100g (GLUTEN) Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Ser topiony 50g (MLEKO), brzoskwinia 1 szt II: jabłko 1szt
Piątek, 6.02.2026 (Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 1.5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), Dżem 50g, Banan 1/2 szt II: sok z buraka 1 szt
Obiad	Zupa wiejska z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pulpety mielone 120g (AJAJ, GLUTEN), Sos pomidorowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 150g, marchewka z oliwą 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER)Brzoskwinia 1 szt II: jabłko 1szt

Piątek, 6.02.2026 (Dieta C3 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), twaróg 60g(MLEKO), kiwi 1 szt II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), pasta warzywna 30g (GLUTEN, SOJA), Rukola 5g II: orzechy włoskie 30g (ORZECY)
Obiad	Zupa żurek z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, JAJA) Kotlet z soczewicy 80g, Ryż brązowy 150g, Włoszczyzna oprószana z oliwą 100g (GLUTEN, SELER) Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Ser topiony 50g (MLEKO), brzoskwinia 1 szt. II: jabłko 1szt

Sobota, 07.02.2026 (Dieta 1 podstawowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza manna na mleku 1,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), parówka 1 szt (SELER), musztarda 5g (GORCZYCA), Mix sałat z kalarepką 50g
Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kaszotto z kaszy gryczanej z warzywami i duszonym mięsem 300g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Sos koperkowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Surówka z marchewki z oliwą 40g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), ser żółty 50g (MLEKO), Ogórek zielony 50 g II: Banan 1szt,
Sobota, 07.02.2026 (Dieta 2 łatwo strawna)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza manna na mleku 1,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), szynka (SELER) 40g, banan ½ szt
Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kaszotto z kaszy jęczmiennej z warzywami i duszonym mięsem 300g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Sos koperkowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Surówka z marchewki z oliwą 40g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), TWARÓG 60g (MLEKO), mix sałat 5g II: wafle ryżowe 3 szt,
Sobota, 07.02.2026 (Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza manna na mleku 1,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), szynka (SELER) 40g, banan ½ szt
Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kaszotto z kaszy jęczmiennej z warzywami i duszonym mięsem 300g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Sos koperkowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Surówka z marchewki 40g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), TWARÓG CHUDY 60g (MLEKO), mix sałat 5g II: wafle ryżowe 3 szt
Sobota, 07.02.2026 (Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)	

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza manna na mleku 1,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), szynka (SELER) 40g, banan ½ szt
Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kaszotto z kaszy jęczmiennej z warzywami i duszonym mięsem 300g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Sos koperkowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Surówka z marchewki z oliwa 40g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), mix sałat 5g II: wafle ryżowe 3 szt
Sobota 07.02.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), parowka 1 szt (SELER), musztarda 5g (GORCZYCA), Mix sałat z kalarepką 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Ser żółty 20g (MLEKO), roszponka 5g
Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kaszotto z warzywami i duszonym mięsem 300g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Sos koperkowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Surówka z marchewki z oliwa 40g Kompot bez cukru 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), ser żółty 50g (, MLEKO), Ogórek Zielony 50g II: kiwi 1szt
Sobota 07.02.2026 (Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka 20g, roszponka 5g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), tofu 20g (MLEKO), ogórek 30g
Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kaszotto z warzywami i duszonym mięsem 300g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Sos koperkowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Surówka z marchewki z oliwa 40g Kompot bez cukru 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), twaróg 30g (MLEKO), mix sałat 5g II: kiwi 1 szt
Sobota 07.02.2026 (Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), skyr (MLEKO) 1 szt, dżem 50g, banan 1 szt
Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kaszotto z kaszy jęczmiennej z warzywami i duszonym mięsem 300g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Sos koperkowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Surówka z marchewki z oliwa 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml, Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), twaróg 30g (MLEKO), mix sałat 10g II: mus warzywno-owocowy 1 szt
Sobota 07.02.2026 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Kasza manna (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jaja (JAJA), Jabłko
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Makaron (GLUTEN, JAJA), Mięso drobiowe, Ziemniaki, Brokuły, Śmietana (MLEKO), Mąka pszenna (GLUTEN), Olej rzepakowy

Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Filet zapiekany, Włoszczyzna gotowana (SELER) II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Sobota 07.02.2026 (Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajka (JAJA), Jabłko Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO)
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Brokuły, Makaron (GLUTEN, JAJA), Mięso drobiowe, Ziemniaki, Śmietana (MLEKO), Mąka pszenna (GLUTEN), Olej rzepakowy
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Filet zapiekany, Włoszczyzna (SELER) II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Sobota 07.02.2026 (Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Kasza manna (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jaja (JAJKO), Jabłko
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Makaron (GLUTEN, JAJA), Mięso drobiowe, Ziemniaki, Brokuły, Śmietana (MLEKO), Mąka pszenna (GLUTEN), Olej rzepakowy
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Filet zapiekany, Włoszczyzna (SELER) II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Sobota 07.02.2026 (Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza manna na mleku 1,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), parowka 1 szt (SELER), musztarda 5g (GORCZYCA), Mix sałat z i kalarepką 50g II: herbatniki 30g (GLUTEN)
Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kaszotto z kaszy gryczanej z warzywami i duszonym mięsem 300g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Sos koperkowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Surówka z marchewki z oliwą 40g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), serek żółty 50g (MLEKO), Ogórek zielony 50 g II: Banan 1szt
Sobota 07.02.2026 (Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza manna na mleku 1,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), szynka (SELER) 40g, banan ½ szt II: herbatniki 30g (GLUTEN)
Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kaszotto z kaszy jęczmiennej z warzywami i duszonym mięsem 300g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Sos koperkowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Surówka z marchewki z oliwą 40g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), mix sałat 5g II: wafle ryżowe 3 szt
Sobota 07.02.2026 (Dieta C3 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), parowka 1 szt (SELER), musztarda 5g (GORCZYCA), Mix sałat z kalarepką 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), roszponka 10g, herbatniki 30g
Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kaszotto z warzywami i duszonym mięsem 300g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Sos koperkowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Surówka z marchewki z oliwa 40g Kompot bez cukru 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), ser żółty 50g (MLEKO), Ogórek Zielony 50g II: kiwi 1szt

Niedziela, 08.02.2026 (Dieta 1 podstawowa)

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), dżem 60g, jabłko 1/2 szt
Obiad	Rosół z lanymi kluskami 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Pierś z kurczaka w panierce 80g (GLUTEN, JAJA) Sos musztardowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, buraczki 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka (SELER) 50g, sałata 2 liście II: budyń 150 ml (MLEKO)

Niedziela, 08.02.2026 (Dieta 2 łatwo strawna)

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), dżem 60g, jabłko bez skórki 1/2 szt
Obiad	Rosół z lanymi kluskami 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Pierś pieczona 80g, Sos jarzynowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, buraczki 100g (SELER) Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta warzywna z białkiem jaja 60g (JAJA), sałata 2 liście II: budyń 150 ml (MLEKO)

Niedziela, 08.02.2026 (Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 0,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), twaróg beztłuszczowy 60g (MLEKO), dżem 60g, jabłko pieczone bez skórki 1/2 szt
Obiad	Rosół z ryżem 300ml (GLUTEN, SELER) Pierś pieczona 80g, Sos jarzynowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, buraczki 100g (SELER) Kompot 300ml

Kolacja	Herbata bez cukru 300ml, Baton 100g (GLUTEN), Pasta warzywna z białkiem jaja 60g (JAJA), sałata 2 liście II: budyń 150 ml (MLEKO)
----------------	---

Niedziela, 08.02.2026 (Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)
--

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), dżem 60g, jabłko bez skórki 1/2 szt
Obiad	Rosół z lanymi kluskami 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Pierś pieczona 80g, Sos jarzynowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, buraczki 100g (SELER) Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta warzywna z białkiem jaja 60g (JAJA sałata 2 liście II: budyń 150g (MLEKO)

Niedziela, 08.02.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)
--

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), mix sałat z kalarepką 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), pasta z zielonego groszku 40g (MLEKO),
Obiad	Rosół z lanymi kluskami 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Pierś pieczona 80g, Sos musztardowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, buraczki 100g (SELER) Kompot bez cukru 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka (SELER) 50g, sałata 2 liście II: budyń 150g (MLEKO)

Niedziela, 08.02.2026 (Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), twaróg 40g (MLEKO), mix sałat z kalarepką 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Szynka gotowana 20g (GLUTEN, SOJA), cukinia pieczona 50g
Obiad	Rosół z ryżem 300ml (GLUTEN, SELER) Pierś pieczona 60, Sos jarzynowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, buraczki 100g (SELER) Kompot bez cukru 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta warzywna z białkiem jaja 60g (JAJA), sałata 2 liście II: budyń 150g (MLEKO)

Niedziela, 08.02.2026 (Dieta 10 niskobiałkowa)

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 40g (MLEKO), dżem 60g, jabłko bez skórki 1/2 szt
Obiad	Rosół z ryżem 300ml (GLUTEN, SELER) Pierś pieczona 60g, Sos jarzynowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, buraczki 100g (SELER) Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta warzywna z białkiem jaja 50g (JAJA), sałata 2 liście II: budyń 150g (MLEKO)

Niedziela, 08.02.2026 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Kasza kukurydziana, Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Pomidor
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ziemniaki, Włoszczyzna (SELER), Kasza jęczmienna (GLUTEN), Mięso wieprzowe, Marchew gotowana, Oliwa z oliwek, Śmietana (MLEKO), Mąka pszenna (GLUTEN)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka gotowana (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Gotowany buraczek II: Mus owocowo- warzywny 100% 1 szt
Niedziela, 08.02.2026 (Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Pomidor Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (GLUTEN, MLEKO), Włoszczyzna gotowana (SELER)
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ziemniaki, Włoszczyzna (SELER), Kasza jęczmienna (GLUTEN), Mięso wieprzowe, Marchew gotowana, Oliwa z oliwek, Śmietana (MLEKO), Mąka pszenna (GLUTEN)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka gotowana (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Gotowany buraczek II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt,
Niedziela, 08.02.2026 (Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Kasza kukurydziana, Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Pomidor
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Ziemniaki, Włoszczyzna (SELER), Kasza jęczmienna (GLUTEN), Mięso wieprzowe, Marchew gotowana, Oliwa z oliwek, Śmietana (MLEKO), Mąka pszenna (GLUTEN)
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka gotowana (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Gotowany buraczek II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Niedziela, 08.02.2026 (Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), dżem 60g, jabłko 1/2 szt II: migdały 30g (ORZECY)

Obiad	Rosół z lanymi kluskami 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Pierś z kurczaka w panierce 80g (GLUTEN, JAJA) Sos musztardowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, buraczki 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka (SELER) 50g, sałata 2 liście II: budyń 150g (MLEKO)

Niedziela, 08.02.2026 (Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), dżem 60g, jabłko bez skórki 1/2 szt II: kefir 1 szt (MLEKO)
Obiad	Rosół z lanymi kluskami 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Pierś pieczona 80g, Sos jarzynowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, buraczki 100g (SELER) Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta warzywna z białkiem jaja 60g (JAJA), sałata 2 liście II: budyń 150g (MLEKO)

Niedziela, 08.02.2026 (Dieta C3 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), mix sałat z kalarepką 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), pasta z zielonego groszku 40g (MLEKO),
Obiad	Rosół z lanymi kluskami 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Pierś pieczona 80g, Sos musztardowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, buraczki 100g (SELER), Kompot bez cukru 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka (SELER) 50g, sałata 2 liście II: budyń bez cukru 150g (MLEKO)

Poniedziałek, 09.02.2026 (Dieta 1 podstawowa)

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajecznica z koperkiem 100g (JAJA), rzodkiewka 50g
Obiad	Zupa krem z pomidorów 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Grzanki 5g (GLUTEN) Kotlet mielony smażony 80g (GLUTEN, JAJA), Ziemniaki 200g, mizzeria 100g (MLEKO) Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasztet 50g (SELER), roszponka 5g II: Galaretką z owocami 150ml

Poniedziałek, 09.02.2026 (Dieta 2 łatwo strawna)

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), jajecznicza z koperkiem na parze 100g (JAJA), Sałatka warzywna z jogurtem 50g (MLEKO)
Obiad	Zupa krem z pomidorów 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Grzanki 5g (GLUTEN) Zrazik 80g (GLUTEN, JAJA), Ziemniaki 200g, buraczki 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 2300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), FILET ZAPIEKANY 40g, sałatka z kalarepa 50g II: Galaretka z owocami 150ml,
Poniedziałek, 09.02.2026 (Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 0.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Pasta z białek 70g (JAJA, MLEKO), Sałatka warzywna z jogurtem 50g (MLEKO)
Obiad	Zupa krem z pomidorów 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Grzanki 5g (GLUTEN) Zrazik 80g (GLUTEN, JAJA), Ziemniaki 200g, buraczki 100g (MLEKO) Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), filet zapiekany 40g, sałatka z kalarepa 50g II: Galaretka z owocami 150ml,
Poniedziałek, 09.02.2026 (Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), jajecznicza z koperkiem na parze 100g (JAJA), Sałatka warzywna z jogurtem 50g (MLEKO)
Obiad	Zupa krem z pomidorów 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Grzanki 5g (GLUTEN) Zrazik 80g (GLUTEN, JAJA), Ziemniaki 200g, buraczki 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta zapiekany 40g, sałatka z kalarepa 50g II: Galaretka z owocami 150ml
Poniedziałek, 09.02.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), jajecznicza 100g (JAJA), rzodkiewka 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Ser topiony 50g (GLUTEN, MLEKO), Sałatka warzywna z jogurtem 50g (MLEKO)
Obiad	Zupa krem z pomidorów 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zrazik 80g (GLUTEN, JAJA), Ziemniaki 200g, mizeria 100g (GLUTEN, MLEKO), Kompot bez cukru 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasztet 50g (SELER), roszponka 5g II: Galaretka z owocami bez cukru 150ml
Poniedziałek, 09.02.2026 (Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Jajko na miękko 1 szt (JAJA), Sałatka warzywna z jogurtem 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Ser biały 20 g (MLEKO), Dżem 30 g
Śniadanie	Zupa krem z pomidorów 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zrazik 80g, Ziemniaki 200g, buraczki 100g (GLUTEN, MLEKO) Kompot 300ml

Obiad	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), filet zapiekany 30g, sałatka z kalarepa 50g II: Galaretka z owocami bez cukru 150ml
Poniedziałek, 09.02.2026 (Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajko na miękko 1 szt (JAJA), Sałatka warzywna na jogurcie 50g
Obiad	Zupa krem z pomidorów 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Grzanki 5g (GLUTEN) Zrazik 60g, Ziemniaki 200g, buraczki 100g (MLEKO) Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO),filet zapiekany 30g, sałatka z kalarepa 50g II: Galaretka z owocami 150ml, Woda 1szt
Poniedziałek, 09.02.2026 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Płatki jęczmienne (GLUTEN), Mleko 1.5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (JAJA), Marchew gotowana
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Pomidory, Włoszczyzna (SELER), Mięso gotowane wieprzowe, Ziemniaki, Szpinak gotowany, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Dorsz pieczony (RYBY), Jogurt naturalny (MLEKO), Koperek, Włoszczyzna (SELER) II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Poniedziałek, 09.02.2026 (Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (JAJA), Marchew gotowana Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Dżem
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Pomidory, Włoszczyzna (SELER), Mięso gotowane wieprzowe, Ziemniaki, Szpinak gotowany, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Dorsz pieczony (RYBY), Jogurt naturalny (MLEKO), Koperek, Włoszczyzna (SELER) II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Poniedziałek, 09.02.2026 (Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Płatki jęczmienne (GLUTEN), Mleko 1.5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (JAJA), Marchew gotowana
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Pomidory, Włoszczyzna (SELER), Mięso wieprzowe gotowane, Ziemniaki, Szpinak gotowany, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Dorsz pieczony (RYBY), Jogurt naturalny (MLEKO), Koperek, Włoszczyzna (SELER) II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Poniedziałek, 09.02.2026 (Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajecznica z koperkiem 100g (JAJA), rzodkiewka 50g II: maślanka 1 szt (MLEKO)
Obiad	Zupa krem z pomidorów 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Grzanki 5g (GLUTEN) Zrazik 80g (GLUTEN, JAJA), Ziemniaki 200g, mizzeria 100g (MLEKO) Kompot 300ml

Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasztet 50g (SELER), roszponka 5g II: Galaretką z owocami 150ml
Poniedziałek, 09.02.2026 (Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), jajecznica z koperkiem na parze 100g (JAJA), Sałatka warzywna z jogurtem 50g (MLEKO) II: kefir 1 szt (MLEKO)
Obiad	Zupa krem z pomidorów 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Grzanki 5g (GLUTEN) Zrazik 80g (GLUTEN, JAJA), Ziemniaki 200g, buraczki 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), filet zapiekany 40g, sałatka z kalarepa 50g II: Galaretką z owocami 150ml
Poniedziałek, 09.02.2026 (Dieta C3 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), jajecznica 100g (JAJA), rzodkiewka 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Ser topiony 30g (GLUTEN, MLEKO), Sałatka warzywna z jogurtem 50g (MLEKO) II: kefir 1 szt (MLEKO)
Obiad	Zupa krem z pomidorów 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zrazik 100g (GLUTEN, JAJA), Ziemniaki 200g, mizzeria 100g (GLUTEN, MLEKO), Kompot bez cukru 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasztet 50g (SELER), roszponka 5g II: Galaretką z owocami bez cukru 150ml

Wtorek, 10.02.2026 (Dieta 1 podstawowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki owsiane na mleku 1,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Paprykarz 60g (RYBY, SELER), Papryka 50g
Obiad	Zupa selerowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) bigos 200g (GLUTEN, SELER), ziemniaki 200g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa 120g (JAJKO, SELER), Sałata 2 liście II: Banan 1szt,
Wtorek, 10.02.2026 (Dieta 2 łatwo strawna)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki owsiane na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Pasta z ryby na jogurcie 60g (MLEKO, RYBY), jabłko bez skórki 1/2 szt
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Potrawka 120g (GLUTEN), Kasza jęczmienna 150g (GLUTEN), bukiet jarzyn z oliwa 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml, Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g, sałata 2 liście II: Banan 1szt,

Wtorek, 10.02.2026 (Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki owsiane na mleku 0,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), z ryby na jogurcie 60g (MLEKO, RYBY), jabłko pieczone bez skórki ½ szt
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 120g (GLUTEN), Kasza jęczmienna 150g (GLUTEN), bukiet jarzyn 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g, (SELER, JAJA, MLEKO), sałata 2 liście II: (GLUTEN, MLEKO), Banan 1szt,
Wtorek, 10.02.2026 (Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki owsiane na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), z ryby na jogurcie 60g (MLEKO, RYBY), jabłko 1/2 szt
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 120g (GLUTEN), Kasza jęczmienna 150g (GLUTEN), bukiet jarzyn z oliwa 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml, Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g (SELER, JAJA, MLEKO), sałata 2 liście II: Banan 1szt,
Wtorek, 10.02.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Paprykarz 60g (RYBY, SELER), papryka 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Pasta brokułowa 30g (MLEKO, JAJA), Rzodkiewka 30g
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 120g (GLUTEN), Kasza gryczana 150g (GLUTEN), Sałatka szwedzka 100g (GORCZYCA), Kompot bez cukru 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa 120g (SELER, JAJA, MLEKO), sałata 2 liście II: Kiwi 1szt,
Wtorek, 10.02.2026 (Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), z ryby na jogurcie 60g (MLEKO, RYBY), pomidor 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Pasta brokułowa 30g (MLEKO, JAJA), Rzodkiewka 30g
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 120g (GLUTEN), Kasza jęczmienna 150g (GLUTEN), bukiet jarzyn z oliwą 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g (SELER, JAJA, MLEKO), sałata liście II: Mus owocowo-warzywny 100% 1szt,
Wtorek 10.02.2026 (Dieta 10 niskobiałkowa)	

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Pasta brokułowa 60g (MLEKO, JAJA), jabłko 1/2 szt
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 120g (GLUTEN), Kasza jęczmienna 150g (GLUTEN), bukiet jarzyn z oliwą 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g (SELER) II: Mus owocowo-warzywny 100% 1szt,
Wtorek, 10.02.2026 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Płatki owsiane (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ryba gotowana (RYBY), Pomidor, Brokuły
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ziemniaki, Seler korzeń (SELER), Mięso wieprzowe, Kasza jęczmienna (GLUTEN), bukiet jarzyn, Oliwa, Śmietana (MLEKO),
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jogurt (MLEKO), Ziemniaki, Włoszczyzna (SELER), Jajko (JAJA) II: Mus owocowo-warzywny 100% 1szt
Wtorek, 10.02.2026 (Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ryba gotowana (RYBY), Pomidor, Brokuły Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Marchew
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ziemniaki, Seler korzeń (SELER), Mięso wieprzowe, Kasza jęczmienna (GLUTEN), bukiet jarzyn, Oliwa, Śmietana (MLEKO),
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jogurt (MLEKO), Ziemniaki, Włoszczyzna (SELER), Jajko (JAJA) II: Mus owocowo-warzywny 100% 1szt
Wtorek, 10.02.2026 (Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Ziemniaki, Seler korzeń (SELER), Mięso wieprzowe, Kasza jęczmienna (GLUTEN), Kalafior, Oliwa, Śmietana (MLEKO),
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jogurt (MLEKO), Ziemniaki, Włoszczyzna (SELER), Jajko (JAJA) II: Mus owocowo-warzywny 100% 1szt
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Płatki owsiane (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ryba gotowana (RYBY), Pomidor, Brokuły
Wtorek, 10.02.2026 (Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki owsiane na mleku 1,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Paprykarz 60g (RYBY, SELER), papryka 50 g II: Jabłko 1 szt
Obiad	Zupa selerowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 120g (GLUTEN), Kasza jęczmienna 150g (GLUTEN), bukiet jarzyn z oliwa 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa 120g SELER, JAJA, MLEKO), sałata 2 liście II: Banan 1szt,
Wtorek, 10.02.2026 (Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki owsiane na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pasta z ryby na jogurcie 60g (MLEKO, RYBY), pomidor bez skórki 50g II: Jabłko bez skórki 1 szt
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 120g (GLUTEN), Kasza jęczmienna 150g (GLUTEN), bukiet jarzyn z oliwa 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie SELER, JAJA, MLEKO), 120g, sałata 2 liście II: banan 1szt,
Wtorek, 10.02.2026 (Dieta C3 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Paprykarz 60g (RYBY, SELER), papryka 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Pasta brokułowa 30g (MLEKO, JAJA), Rzodkiewka 30g,
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 120g (GLUTEN), Kasza jęczmienna 150g (GLUTEN), Sałatka szwedzka 100g (GORCZYCA), Kompot bez cukru 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa 120g SELER, JAJA, MLEKO), Sałata 2 liście II: Kiwi 1szt,
Środa, 11.02.2026 (Dieta 1 podstawowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki ryżowe na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka złocista 40g (GLUTEN, SOJA), ogórek zielony 50g
Obiad	Zupa ogórkowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 120g (JAJA, GLUTEN, MLEKO), ryż biały 150g, bukiet jarzyn 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), ser topiony 50g (MLEKO), Pomidor 50g II: mandarynka 2 szt
Środa, 11.02.2026 (Dieta 2 łatwo strawna)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki ryżowe na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka złocista 40g (GLUTEN, SOJA), Roszponka 5g
Obiad	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 120g (JAJA, GLUTEN, MLEKO), ryż biały 150g, bukiet jarzyn 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta pomidorowa z tofu i warzywami (SOJA) 70g, II: brzoskwinia 1 szt
Środa, 11.02.2026 (Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki ryżowe na mleku 0,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Szynka złocista 40g (GLUTEN, SOJA), Roszponka 5g
Obiad	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 120g (JAJA, GLUTEN, MLEKO), ryż biały 150g, bukiet jarzyn 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), pasta pomidorowa z tofu i warzywami 70g (SOJA), II: brzoskwinia bez skórki 1 szt
Środa, 11.02.2026 (Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki ryżowe na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka złocista 40g (GLUTEN, SOJA), Roszponka 5g
Obiad	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 120g (JAJA, GLUTEN, MLEKO), ryż biały 150g, bukiet jarzyn 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta pomidorowa z tofu i warzywami 70g (SOJA), II: brzoskwinia bez skórki 1 szt
Środa, 11.02.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Szynka złocista 40g (GLUTEN, SOJA), ogórek zielony 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Jajko ½ szt (JAJA), Rukola 5g
Obiad	Zupa ogórkowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 120g (JAJA, GLUTEN, MLEKO), ryż biały 150g, bukiet jarzyn 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), ser topiony 50g (MLEKO), pomidor 50g II: mandarynki 2 szt
Środa, 11.02.2026 (Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Szynka złocista 20g (GLUTEN, SOJA), roszponka 5g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Jajko 1/2 szt (JAJA), Rukola 5g
Obiad	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 120g (JAJA, GLUTEN, MLEKO), ryż biały 150g, bukiet jarzyn 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta pomidorowa z tofu i warzywami 60g (SOJA), II: mandarynki 2 szt
Środa, 11.02.2026 (Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka złocista 20g (GLUTEN, SOJA), roszponka 5g
Obiad	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 120g (JAJA, GLUTEN, MLEKO), ryż biały 150g, bukiet jarzyn 100g, Kompot 300ml

Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pomidorowa z tofu i warzywami 60g (SOJA), II: brzoskwinia bez skórki 1 szt
Środa, 11.02.2026 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Płatki ryżowe, Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka (GLUTEN, SOJA), Gotowany buraczek
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ziemniaki, Śmietana (MLEKO), Włoszczyzna (SELER), Makaron (GLUTEN, JAJA), Ser biały (MLEKO), Masło (MLEKO), Mus jabłkowy
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jogurt naturalny (MLEKO), Cukinia II: Sok warzywno-owocowy 1 szt
Środa, 11.02.2026 (Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka (GLUTEN, SOJA), Gotowany buraczek, Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (JAJA), Pomidor bez skóry
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ziemniaki, Śmietana (MLEKO), Włoszczyzna (SELER), Makaron (GLUTEN, JAJA), Ser biały (MLEKO), Masło (MLEKO), Mus jabłkowy
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Cukinia II: Sok warzywno-owocowy 1 szt
Środa, 11.02.2026 (Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Płatki ryżowe, Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka (GLUTEN, SOJA), Gotowany buraczek
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Ziemniaki, Śmietana (MLEKO), Włoszczyzna (SELER), Makaron (GLUTEN, JAJA), Ser biały (MLEKO), Masło (MLEKO), Mus jabłkowy
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jogurt naturalny 1 szt (MLEKO), Cukinia II: Sok warzywno-owocowy 1szt
Środa, 11.02.2026 (Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki ryżowe na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka złocista 40g (GLUTEN, SOJA), ogórek zielony 50g II: Biszkopty 30g
Obiad	Zupa ogórkowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 120g (JAJA, GLUTEN, MLEKO), ryż biały 150g, bukiet jarzyn 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), ser topiony 50g (MLEKO), papryka 50g II: mandarynka 2 szt
Środa, 11.02.2026 (Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki ryżowe na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka złocista 40g (GLUTEN, SOJA), Roszponka 5g II: Biszkopty 30g
Obiad	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 120g (JAJA, GLUTEN, MLEKO), ryż biały 150g, bukiet jarzyn 100g, Kompot 300ml

Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta pomidorowa z tofu i warzywami 70g (SOJA), II: brzoskwinia bez skórki 1 szt
Środa, 11.02.2026 (Dieta C3 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Szynka złocista 40g (GLUTEN, SOJA), ogórek zielony 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Jajko 1/2szt (JAJA), Rukola 5g,
Obiad	Zupa ogórkowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 120g (JAJA, GLUTEN, MLEKO), ryż biały 150g, bukiet jarzyn 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml, Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), ser topiony 50g (MLEKO), Papryka 50g II: mandarynki 2 szt
Czwartek 12.02.2026 (Dieta 1 podstawowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kluski lane na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Parówka Cieszyńska 100g (GLUTEN, SOJA), Ketchup 30g, Mix sałat z kalarepką 50g
Obiad	Barszcz czerwony 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Leniwe 250g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sos koperkowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Brokuły 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z soczewicą i włoszczyzną 60g, ogórek kiszony 50g II: Galaretka owocowa 150g
Czwartek 12.02.2026 (Dieta 2 łatwo strawna)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kluski lane na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), dżem 50g, BANAN ½ szt
Obiad	Barszcz czerwony (GLUTEN, MLEKO, SELER) Leniwe 250g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sos koperkowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), marchew gotowana 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z tofu (SOJA) 60g, Sok owocowo-warzywny 150ml II: Galaretka owocowa 150g
Czwartek 12.02.2026 (Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kluski lane na mleku 0.5% tł 300ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), dżem 50g, banan 1/2 szt
Obiad	Barszcz czerwony 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Leniwe 250g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sos koperkowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), marchew gotowana 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), pasta z tofu (SOJA) 60g, Sok owocowo-warzywny 150 ml II: Galaretka owocowa 150g

Czwartek 12.02.2026 (Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kluski lane na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), dżem 50g, banan 1/2 szt
Obiad	Barszcz czerwony (GLUTEN, MLEKO, SELER) Leniwe 250g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sos koperkowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), marchew gotowana 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z tofu (SOJA) 60g, Sok owocowo-warzywny 150 ml II: Galarełka owocowa 150g
Czwartek 12.02.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Parówka Cieszyńska 1 szt, Ketchup 30g, Mix sałat z kalarepka 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Filet zapiekany 20g, Ogórek zielony 30g
Obiad	Barszcz czerwony 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Mięso drobiowe duszone 80g, Sos koperkowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Brokuły 100g, Kompot bez cukru 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z soczewicą i włoszczyzną 60g, sok warzywny 150ml II: Galarełka owocowa 150g
Czwartek 12.02.2026 (Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Filet zapiekany 20g, banan 1/2 szt II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Jajko 1/2 szt (JAJA), Mix sałat 5g
Obiad	Barszcz czerwony 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Mięso drobiowe duszone 60g (GLUTEN), Sos koperkowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, marchew gotowana 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z tofu 60g (MLEKO), sałata 2 liście II: sok warzywny 100% 150ml
Czwartek 12.02.2026 (Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany 20g, banan 1/2 szt
Obiad	Barszcz czerwony 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Mięso drobiowe duszone 60g, Sos koperkowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Marchew gotowana 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z tofu 60g (MLEKO), sałata 2 liście II: Sok warzywno- owocowy 150 ml
Czwartek 12.02.2026 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Kluski lane (GLUTEN, JAJA), Mleko 1.5% tł. (MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Filet zapiekany, Marchew

Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Ziemniaki, Kasza jęczmienna (GLUTEN), Leniwe (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Brokuły, Koperek, Olej rzepakowy
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Jabłko II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Czwartek 12.02.202 (Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Filet zapiekany, Marchew Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szyńka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Pomidor
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Ziemniaki, Kasza jęczmienna (GLUTEN), Leniwe (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Koperek, Brokuły, Olej rzepakowy
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Jabłko II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Czwartek 12.02.2026 (Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Kluski lane (GLUTEN, JAJA), Mleko 1.5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Filet zapiekany, Marchew
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Ziemniaki, Kasza jęczmienna (GLUTEN), Leniwe (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Koperek, Brokuły, Olej rzepakowy
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Jabłko II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Czwartek 12.02.2026 (Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kluski lane na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Parówka Cieszyńska 100g, Ketchup 30g, Mix sałat z kalarepką 50g II: banan 1/2 szt
Obiad	Barszcz czerwony 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pierogi leniwe 250g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sos koperkowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Brokuły 100g Kompot 300ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z soczewicą i włoszczyzną 60g, ogórek kiszony 50g II: Galaretka owocowa 150g
Czwartek 12.02.2026 (Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kluski lane na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), dżem 50g, banan 1/2 szt II: wafle ryżowe 30g
Obiad	Barszcz czerwony 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Leniwe 250g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sos koperkowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), marchew gotowana 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z tofu (SOJA) 60g, Sok owocowo- warzywny 100% 150 ml II: Galaretka owocowa 150g

Czwartek 12.02.2026 (Dieta C3 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Parówka Cieszyńska 100g, Ketchup 30g, Mix sałat z kalarepką 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Filet zapiekany 20g, rzodkiewka 30g, Jabłko 1 szt
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Mięso drobiowe duszone 100g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sos koperkowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Brokuły 100g Kompot bez cukru 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z soczewicy i włoszczyzny 60g, Sok owocowo-warzywny 150 ml II: Galaretki owocowe 150g
Piątek, 13.02.2026 (Dieta 1 podstawowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60g (MLEKO), jabłko 1/2 szt
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba w cieście naleśnikowym 100g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Surówka z kiszonej kapusty 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta brokułowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sałatka z pomidora i roszponki z olejem 50g II: Jogurt owocowy 1 szt (MLEKO),
Piątek, 13.02.2026 (Dieta 2 łatwo strawna)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twarożek z koperkiem 60g (MLEKO), jabłko bez skóry 1/2 szt
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba pieczona 80g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Szpinak gotowany 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta brokułowa na jogurcie 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sałatka z pomidora i roszponki z olejem 50g II: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),
Piątek, 13.02.2026 (Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 0,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), twarożek z koperkiem 60g (MLEKO), jabłko bez skóry 1/2 szt
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba pieczona 80g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Szpinak gotowany 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Pasta brokułowa na jogurcie 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Pomidor gotowany 50g II: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),

Piątek, 13.02.2026 (Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) twarożek z koperkiem 60g (MLEKO), jabłko bez skóry 1/2 szt (MLEKO),
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba pieczona 80g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Szpinak gotowany 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml, Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta brokułowa na jogurcie 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Pomidor gotowany 50g II: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),
Piątek, 13.02.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 60g (MLEKO), mandarynka 1 szt II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Ser żółty 20g (MLEKO), Ogórek kiszony 30g
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba pieczona 80g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Surówka z kiszonej kapusty 100g Kompot bez cukru 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta brokułowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sałatka z pomidora i roszponki z olejem 50g II: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),
Piątek, 13.02.2026 (Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), twaróg z koperkiem 40g, Jabłko bez skóry 1/2 szt II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Polędwica sopocka 20g (GLUTEN, SOJA), rzodkiewka 20g
Śniadanie	krupnik 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba pieczona 80g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Kasza jaglana z masłem 150g (MLEKO), Szpinak gotowany 100g Kompot 300ml
Obiad	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta brokułowa 30g (MLEKO, JAJA), Sałatka z pomidora i roszponki z olejem 50g II: Sok owocowo-warzywny 150ml
Piątek, 13.02.2026 (Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 60g (MLEKO), Jabłko bez skóry 1/2 szt
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba pieczona 80g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Kasza jaglana z masłem 150g (MLEKO), Szpinak gotowany 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta brokułowa 30g (MLEKO, JAJA), Sałatka z pomidora i roszponki z olejem 50g II: Sok owocowo-warzywny 150ml
Piątek, 13.02.2026 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	

Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Makaron (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Banan
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Ryż, Ryba (RYBY), Ziemniaki, Szpinak, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 40ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jaja (JAJA), Jogurt naturalny (MLEKO), Pomidor bez skóry II: Sok owocowo-warzywny 1szt
Piątek, 13.02.2026 (Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Banan Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Polędwica sopocka (GLUTEN, MLEKO), Włoszczyzna (SELER)
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Ryż, Ryba (RYBY), Ziemniaki, Szpinak, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 40ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jaja (JAJA), Jogurt naturalny (MLEKO), Pomidor bez skóry II: Sok owocowo-warzywny 1szt
Piątek, 13.02.2026 (Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Makaron (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Banan
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Ryż, Ryba (RYBY), Ziemniaki, Szpinak, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Koktajl kolacyjny 40ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jaja (JAJA), Jogurt naturalny (MLEKO), Pomidor bez skóry II: Sok owocowo-warzywny 1szt
Piątek, 13.02.2026 (Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 60g, jabłko 1/2 szt II: Orzechy Włoskie 15g (ORZECY)
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba w cieście naleśnikowym 100g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Surówka z kiszonej kapusty 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO) Pasta brokułowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sałatka z pomidora i roszponki z olejem 50g II: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),
Piątek, 13.02.2026 (Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 60g (MLEKO), jabłko bez skóry 1/2 szt II: Sok owocowo-warzywny 150ml

Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba pieczona 80g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Szpinak gotowany 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta brokułowa na jogurcie 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sałatka z pomidora i roszponki z olejem 50g II: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),
Piątek, 13.02.2026 (Dieta C3 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 60g, Mandarynka 1 szt II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Ser żółty 20g (MLEKO), Ogórek kiszony 30g,
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba pieczona 80g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Surówka z kiszonej kapusty 100g Kompot bez cukru 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta brokułowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sałatka z pomidora i roszponki z olejem 50g II: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),
Sobota, 14.02.2026(Dieta 1 podstawowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJA), Rukola 5g,
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw 300ml (GLUTEN, MLEKO), Grzanki 10g (GLUTEN) Sztuka mięsa drobiowa duszona 80g, Sos pieczeniowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Buraczki z olejem rzepakowym 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml, Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z fasoli 60g (MLEKO), Ogórek kiszony 50g II: kisiel 150g (GLUTEN,),
Sobota, 14.02.2026 (Dieta 2 łatwo strawna)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajko na miękko 1 szt (JAJA), mix sałat 5 g
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw 300ml (GLUTEN, MLEKO), Grzanki 10g (GLUTEN) Sztuka mięsa drobiowa duszona 80g, Sos ziołowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Buraczki z olejem rzepakowym 100g— Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER), Roszponka 5g II: kisiel 150g (GLUTEN,),
Sobota, 14.02.2026 (Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Pasta z białek 70g (JAJA, MLEKO), pieczone jabłko 1/2 szt

Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw 300ml (GLUTEN, MLEKO), Grzanki 10g (GLUTEN) Sztuka mięsa drobiowa duszona 80g, Sos ziołowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Buraczki 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), szynka drobiowa 40g (SELER), Roszponka 5g II: kisiel 150g (GLUTEN,),
Sobota, 14.02.2026 (Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajko na miękko 1 szt (JAJA), mix sałat 5 g
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw 300ml (GLUTEN, MLEKO), Grzanki 10g (GLUTEN) Sztuka mięsa drobiowa duszona 80g, Sos ziołowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Buraczki z olejem rzepakowym 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER), Roszponka 5g II: kisiel 150g (GLUTEN,),
Sobota, 14.02.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJA), rukola 5g, II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), mozzarella 30g (MLEKO), rzodkiewka 30g
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw z pestkami dyni 300ml (GLUTEN, MLEKO) Sztuka mięsa drobiowa duszona 80g, Sos ziołowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Buraczki z olejem rzepakowym 100g Kompot bez cukru 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z fasoli 60g (MLEKO), Ogórek kiszony 50g II: kisiel 150g (GLUTEN,),
Sobota, 14.02.2026 (Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Jajko na miękko 1 szt, mix sałat 10g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Szynka drobiowa 20g (MLEKO), rzodkiewka 30g
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw 300ml (GLUTEN, MLEKO), Grzanki 10g (GLUTEN) Sztuka mięsa drobiowa duszona 60g, Sos ziołowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 150g, Buraczki z olejem rzepakowym 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 20g (SELER), Roszponka 5g II: Mus owocowo- warzywny 150ml
Sobota, 14.02.2026 (Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajko na miękko 1 szt (JAJA), mix sałat 5g
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw 300ml (GLUTEN, MLEKO), Grzanki 10g (GLUTEN) Sztuka mięsa drobiowa duszona 60g, Sos ziołowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 150g, Buraczki z olejem rzepakowym 100g Kompot 300ml

Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 20g (SELER), Roszponka 10g II: Mus owocowo- warzywny 100% 150ml
Sobota, 14.02.2026 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Płatki jęczmienne (GLUTEN), Mleko 1.5% tł (MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (JAJA), Pieczona cukinia
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Sztuka mięsa drobiowa duszona, Ziemniaki, Buraczki, Olej rzepakowy, Brokuł, Szpinak, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ryba duszona (GLUTEN, RYBY), Pomidor II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Sobota, 14.02.2026 (Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (JAJA), Pieczona cukinia Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Marchew gotowana
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Sztuka mięsa drobiowa duszona, Ziemniaki, Buraczki, Olej rzepakowy, Brokuł, Szpinak, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ryba duszona (GLUTEN, RYBY), Marchew gotowana II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Sobota, 14.02.2026 (Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Płatki jęczmienne (GLUTEN), Mleko 1.5% tł 300ml (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (JAJA), Pieczona cukinia
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Sztuka mięsa drobiowa duszona, Ziemniaki, Buraczki, Olej rzepakowy, Brokuł, Szpinak, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ryba duszona (GLUTEN, RYBY), Pomidor II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Sobota, 14.02.2026 (Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJA), Rukola 5g, II: gruszka 1 szt
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw 300ml (GLUTEN, MLEKO), Grzanki 10g (GLUTEN) Sztuka mięsa drobiowa duszona 80g, Sos pieczeniowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Buraczki z olejem rzepakowym 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml, Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z fasoli 60g (MLEKO), Ogórek kiszony 50g II: kisiel 150g (GLUTEN,),
Sobota, 14.02.2026 (Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajko na miękko 1 szt (JAJA), mix sałat 5g II: mus owocowo-warzywny 1 szt

Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw 300ml (GLUTEN, MLEKO), Grzanki 10g (GLUTEN) Sztuka mięsa drobiowa duszona 80g, Sos ziołowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Buraczki z olejem rzepakowym 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER), Roszponka 5g II: kisiel 150g (GLUTEN,),
Sobota, 14.02.2026 (Dieta C3 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJA), Rukola 5g, II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Mozzarella 30g (MLEKO), rzodkiewka 30g,
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw z pestkami dyni 300ml (GLUTEN, MLEKO) Sztuka mięsa drobiowa duszona 80g, Sos ziołowy 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Buraczki z olejem rzepakowym 100g Kompot bez cukru 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml, Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z fasoli 60g (MLEKO), Ogórek kiszony 50g II: kisiel 150g (GLUTEN,),
Niedziela, 15.02.2026 (Dieta 1 podstawowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), Pomidor 50g
Obiad	Rosół z makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Udko z kurczaka pieczone 1szt, Sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, fasolka szparagowa z sezamem 100g (SEZAM), Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z sera żółtego 60g (MLEKO), Rukola 5g II: Grahamka z masłem, szynką i sałatą 1 szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA),
Niedziela, 15.02.2026 (Dieta 2 łatwo strawna)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), tofu 60g (SOJA), Pomidor bez skórki 50g
Obiad	Rosół z makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Udko z kurczaka gotowane 1szt, Sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, włoszczyzna 100g (SELER), Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta warzywna z białkiem jaja 60g (JAJA), roszponka 5g. II: Bułka pszenna z masłem, szynką i sałatą (GLUTEN, MLEKO, SOJA)
Niedziela, 15.02.2026 (Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 0,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), tofu 60g (SOJA), Pomidor bez skórki 50g

Obiad	Rosół z makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Udko z kurczaka gotowane 1szt, Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, włoszczyzna 100g (SELER), Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Pasta warzywna z białkiem jaja 60g (JAJA), roszonek 5g. II: Bułka pszenna z szynką i sałatą (GLUTEN, SOJA)
Niedziela, 15.02.2026 (Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), tofu 60g (SOJA), Pomidor bez skórki 50g
Obiad	Rosół z makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Udko z kurczaka gotowane 1szt, Sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, włoszczyzna 100g (SELER), Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta warzywna z białkiem jaja 60g (JAJA), roszonek 5g. II: Bułka pszenna z masłem, szynką i sałatą (GLUTEN, MLEKO, SOJA)
Niedziela, 15.02.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), Pomidor 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), pasta z zielonego groszku 40g (MLEKO), rzodkiewka 30g
Obiad	Rosół z makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Udko z kurczaka pieczone 1szt, Sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, fasolka szparagowa 100g (SEZAM), Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z sera żółtego 60g, Rukola 5 g II: Grahamka z masłem, szynką i sałatą 1 szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA),
Niedziela, 15.02.2026 (Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), tofu 40g (SOJA), Pomidor bez skórki 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Szynka gotowana 20g (GLUTEN, SOJA), cukinia pieczona 30g
Obiad	Rosół z makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Udko z kurczaka gotowane 1szt, Sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, włoszczyzna 100g (SELER), Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta warzywna z białkiem jaja 60g (JAJA), roszonek 5g. II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt, Woda 1 szt
Niedziela, 15.02.2026 (Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 50g (MLEKO), Pomidor bez skóry 50 g

Obiad	Rosół z makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Udko z kurczaka gotowane 1szt, Sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, włoszczyzna 100g (SELER), Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta warzywna z białkiem jaja 60g (JAJA), roszonek 5g. II: Grahamka z masłem i dżemem 1 szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA),
Niedziela, 15.02.2026 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Kasza kukurydziana, Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Pomidor
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ziemniaki, Włoszczyzna (SELER), Kasza jęczmienna (GLUTEN), Mięso wieprzowe, Marchew gotowana, Oliwa z oliwek, Śmietana (MLEKO), Mąka pszenna (GLUTEN)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka gotowana (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Gotowany buraczek II: Mus owocowo- warzywny 100% 1 szt
Niedziela, 15.02.2026 (Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Pomidor Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (GLUTEN, MLEKO), Włoszczyzna gotowana (SELER)
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ziemniaki, Włoszczyzna (SELER), Kasza jęczmienna (GLUTEN), Mięso wieprzowe, Marchew gotowana, Oliwa z oliwek, Śmietana (MLEKO), Mąka pszenna (GLUTEN)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka gotowana (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Gotowany buraczek II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt,
Niedziela, 15.02.2026(Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Kasza kukurydziana, Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Pomidor
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Ziemniaki, Włoszczyzna (SELER), Kasza jęczmienna (GLUTEN), Mięso wieprzowe, Marchew gotowana, Oliwa z oliwek, Śmietana (MLEKO), Mąka pszenna (GLUTEN)
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka gotowana (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Gotowany buraczek II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Niedziela, 15.02.2026 (Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), Pomidor 50g II: migdały 30g (ORZECZY)
Obiad	Rosół z makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Udko z kurczaka pieczone 1szt, Sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g fasolka szparagowa 100g (SEZAM), Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z sera żółtego 60g (MLEKO), Rukola 5g II: Grahamka z masłem, szynką i sałatą 1 szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA).
Niedziela, 15.02.2026 (Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Tofu 60g (SOJA), Pomidor bez skórki 50g II: mus warzywno-owocowy 100% 1 szt
Obiad	Rosół z makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Udko z kurczaka gotowane 1szt, Sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, włoszczyzna 100g (SELER), Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta warzywna z białkiem jaja 60g (JAJA), roszonek 5g. II: Bułka pszenna z masłem, szynką i sałatą (GLUTEN, MLEKO, SOJA)

Niedziela, 15.02.2026 (Dieta C3 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), Pomidor 50g Pomidor 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), pasta z zielonego groszku 30g (MLEKO), rzodkiewka 30g
Obiad	Rosół z makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Udko z kurczaka pieczone 1szt, Sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, fasolka szparagowa 100g (SEZAM), Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z sera żółtego 60g, Rukola 5g II: Grahamka z masłem, szynką i sałatą 1 szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA)

Poniedziałek, 16.02.2026 (Dieta 1 podstawowa)

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki owsiane na mleku 1,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pasztet 50g (SELER) Rzodkiewka 50 g
Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron spaghetti 200g (GLUTEN, JAJA), sos Spaghetti z pomidorami 120g (MLEKO, SELER, GLUTEN), Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z tuńczyka z majonezem i szczypiorkiem 60g (RYBY), Ogórek kiszony 50g II: jabłko 1 szt

Poniedziałek, 16.02.2026 (Dieta 2 łatwo strawna)

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki owsiane na mleku 1,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), sałata 2 liście
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron 200g (GLUTEN, JAJA), Sos mięsno- jarzynowy z pomidorami 120g (MLEKO, SELER, GLUTEN), buraczki 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta rybna na jogurcie 60g (RYBY), Mix sałat 5g II: jabłko bez skórki 1 szt

Poniedziałek, 16.02.2026 (Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki owsiane na mleku 0,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), twaróg light 60g (MLEKO), sałata 2 liście
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron 200g (GLUTEN, JAJA), Sos mięsno- jarzynowy z pomidorami 120g (MLEKO, SELER, GLUTEN), buraczki 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), pasta z dorsza na jogurcie 60g (RYBY), Włoszczyzna gotowana 50g (SELER) II: jabłko pieczone 1 szt
Poniedziałek, 16.02.2026 (Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki owsiane na mleku 1,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), sałata 2 liście,
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron 200g (GLUTEN, JAJA), Sos mięsno- jarzynowy z pomidorami 120g (MLEKO, SELER, GLUTEN), buraczki 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta rybna na jogurcie 60g(RYBY), Mix sałat 5g II: jabłko bez skórki 1 szt
Poniedziałek, 16.02.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Ser topiony 50g (GLUTEN, MLEKO), Rzodkiewka 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), Mix sałat 5g
Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLUTEN, JAJA), Sos mięsno- jarzynowy z pomidorami 120g (MLEKO, SELER, GLUTEN), Buraczki 100g Kompot bez cukru 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z tuńczyka z majonezem i szczypiorkiem 60g (RYBY), Ogórek kiszony 50g II: jabłko 1 szt
Poniedziałek, 16.02.2026 (Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), sałata 2 liście II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Filet zapiekany 20g, ogórek kiszony 30g
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLUTEN), Sos jarzynowy z pomidorami 120g (MLEKO, SELER, GLUTEN), Buraczki 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z dorsza w pomidorach 50g (MLEKO, GLUTEN, SOJA), Mix sałat 5g II: jabłko 1 szt
Poniedziałek, 16.02.2026 (Dieta 10 niskobiałkowa)	

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), sałata 2 liście
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron 200g (GLUTEN), Sos jarzynowy z pomidorami 120g (MLEKO, SELER, GLUTEN), Buraczki 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z dorsza w pomidorach 50g (MLEKO, GLUTEN, SOJA), Mix sałat 5g II: jabłko 1 szt
Poniedziałek, 16.02.2026 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Płatki owsiane (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Gotowany burak
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ziemniaki, kalafior, Włoszczyzna (SELER), Makaron (GLUTEN, JAJA), Mięso wieprzowe, Pomidory, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka gotowana (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Marchew II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Poniedziałek, 16.02.2026 (Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Gotowany burak Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Filet zapiekany, Marchew
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ziemniaki, kalafior, Włoszczyzna (SELER), Makaron (GLUTEN, JAJA), Mięso wieprzowe, Pomidory, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka gotowana (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Jabłko II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Poniedziałek, 16.02.2026 (Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Płatki owsiane (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Gotowany burak
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Ziemniaki, kalafior, Włoszczyzna (SELER), Makaron (GLUTEN, JAJA), Mięso wieprzowe, Pomidory, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka gotowana (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Marchew II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Poniedziałek, 16.02.2026 (Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki owsiane na mleku 1,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO), Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pasztet 50g (SELER) Rzodkiewka 50 g II: wafle ryżowe 3 szt
Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron spaghetti 200g (GLUTEN, JAJA), sos Spaghetti z pomidorami 120g (MLEKO, SELER, GLUTEN), Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z tuńczyka z majonezem i szczypiorkiem 60g (RYBY), Ogórek kiszony 50g II: jabłko 1 szt
Poniedziałek, 16.02.2026 (Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki owsiane na mleku 1,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), sałata 2 liście II: wafle ryżowe 3 szt
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron 200g (GLUTEN, JAJA), Sos mięsno- jarzynowy z pomidorami 120g (MLEKO, SELER, GLUTEN), buraczki 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta rybna na jogurcie (RYBY), Mix sałat 5g II: jabłko 1 szt
Poniedziałek, 16.02.2026 (Dieta C3 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Ser topiony 50g (GLUTEN, MLEKO), Rzodkiewka 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), sałata 2 liście,
Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLUTEN, JAJA), Sos mięsno- jarzynowy z pomidorami 120g (MLEKO, SELER, GLUTEN), Buraczki 100g Kompot bez cukru 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z tuńczyka z majonezem i szczypiorkiem 60g (RYBY), Ogórek kiszony 50g II: jabłko 1 szt
Wtorek, 17.02.2026(Dieta 1 podstawowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki ryżowe na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg (MLEKO) 60g, Pomidor 50g
Obiad	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Makaron z serem i masłem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 80g, Kompot 200ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (RYBY), Ogórek zielony 50g II: jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)
Wtorek, 17.02.2026 (Dieta 2 łatwo strawna)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki ryżowe na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), Pomidor bez skóry 50 g
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Makaron z serem i masłem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 80g, Kompot 200ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (RYBY), roszponka 5g II: jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)
Wtorek, 17.02.2026 (Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki ryżowe na mleku 0,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), TWARÓG 60 g (MLEKO), Pomidor bez skóry 50 g

Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Makaron z serem i margaryną 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 80g, Kompot 200ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (RYBY), roszponka 5g II: jogurt naturalny light 1 szt (MLEKO)
Wtorek, 17.02.2026 (Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki ryżowe na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), TWARÓG 60 g (MLEKO), Pomidor bez skóry 50 g
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Makaron z serem i masłem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 80g, Kompot 200ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (RYBY), roszponka 5g II: jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)
Wtorek, 17.02.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), TWARÓG (MLEKO) , Pomidor 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), SER ŻÓŁTY 20g (MLEKO), Rukola 5g
Obiad	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Makaron pełnoziarnisty z serem i masłem bez cukru 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 80g, Kompot bez cukru 200ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (RYBY), roszponka 5g II: jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)
Wtorek, 17.02.2026 (Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), twaróg 40g, Pomidor bez skóry 50 g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Pasta warzywna 40g
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Makaron pełnoziarnisty z masłem bez cukru 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 80g, Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (RYBY), roszponka 5g II: jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)
Wtorek, 17.02.2026 (Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 20g, Pasta warzywna 40 g (SELER), Pomidor bez skóry 50g
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Makaron z masłem i cukrem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 80g, Kompot 200ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 20g (RYBY), roszponka 5g II: jogurt naturalny 80g (MLEKO)
Wtorek, 17.02.2026 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Płatki ryżowe, Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), pasta warzywna (GLUTEN, SOJA), Włoszczyzna (SELER), Pomidor

Obiad	Papka obiadowa 400ml: Makaron (GLUTEN, JAJA), Ser biały (MLEKO), Jabłko gotowane, Cukier, Mieszanka kompotowa
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Burak, Ziemniaki, Ryba gotowana (RYBY), Marchew, Seler (SELER), Bukiet królewski, Pierogi ruskie (GLUTEN, JAJA, MLEKO), II: Sok warzywno- owocowy 1szt, woda
Wtorek, 17.02.2026 (Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Pomidor Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka gotowana (GLUTEN, SOJA), Włoszczyzna (SELER)
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Szpinak, Makaron (GLUTEN), Mięso wieprzowe, Ziemniaki, Bukiet królewski, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Dżem, Banan II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Wtorek, 17.02.2026 (Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Płatki ryżowe, Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Pomidor
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Szpinak, Makaron (GLUTEN), Mięso wieprzowe, Ziemniaki, Bukiet królewski, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Dżem, Ser biały (MLEKO), Banan II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Wtorek, 17.02.2026 (Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki ryżowe na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO), Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g, Pomidor 50g II: biszkopty 30g
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Makaron z serem i masłem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 80g, Kompot 200ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (RYBY), roszponka 5g II: jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)
Wtorek, 17.02.2026 (Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki ryżowe na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), Pomidor bez skóry 50 g II: biszkopty 30g
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Makaron z serem i masłem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 80g, Kompot 200ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (RYBY), roszponka 5g II: jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)
Wtorek, 17.02.2026 (Dieta C3 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), twaróg 60g, Pomidor 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Paprykarz 30g (RYBY), Rukola 5g,

Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Makaron pełnoziarnisty z serem i masłem bez cukru 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 80g, Kompot bez cukru 200ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (RYBY), roszponka 5g II: jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)
Środa, 18.02.2026 (Dieta 1 podstawowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pasta brokułowa 60g, rzodkiewka 50g
Obiad	Zupa dyniowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Jajko 1 szt (JAJA), sos ziołowy 80ml (GLUTEN, MLEKO) Ryż brązowy 150g, Surówka z marchewki z oliwą 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z zielonego groszku z koperkiem 60g (SELER), Pomidor 50g II: brzoskwinia 1 szt,
Środa, 18.02.2026 (Dieta 2 łatwo strawna)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pasta brokułowa 60g, MIX sałat 5g
Obiad	Zupa dyniowa 300ml (SELER), Jajko 1 szt (JAJA), sos ziołowy 80ml (GLUTEN, MLEKO) Ryż biały 150g, Surówka z marchewki z oliwą 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta warzywna 60g (SELER), Pomidor bez skórki 50g II: brzoskwinia bez skórki 1 szt,
Środa, 18.02.2026 (Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 0.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN) pasta brokułowa 60g, Mix sałat 5g
Obiad	Zupa dyniowa 300ml (SELER), Białko jaja 1 szt (JAJA), sos ziołowy 80ml (GLUTEN, MLEKO) Ryż biały 150g, gotowna marchewka 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), pasta warzywna 60g (SELER), Pomidor bez skórki 50g II: pieczona brzoskwinia bez skórki 1 szt,
Środa, 18.02.2026 (Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pasta brokułowa 60g, MIX sałat 5g

Obiad	Zupa dyniowa 300ml (SELER), Jajko 1 szt (AJAJ), sos ziołowy 80ml (GLUTEN, MLEKO) Ryż biały 150g, Surówka z marchewki z oliwą 100g, Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta warzywna 60g (SELER), Pomidor bez skórki 50g II: brzoskwinie bez skórki 1 szt,
Środa, 18.02.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta brokułowa 60g, rzodkiewka 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Serek wiejski 30g (MLEKO), papryka 30g
Obiad	Zupa dyniowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Jajko 1 szt (AJAJ), sos ziołowy 80 ml (GLUTEN, MLEKO) Ryż brązowy 150g, Surówka z marchewki z oliwą 100g, Kompot bez cukru 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z zielonego groszku z koperkiem 60g (SELER), Pomidor 50g II: brzoskwinia 1 szt,
Środa, 18.02.2026 (Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta brokułowa 50g, Mix sałat 5g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Ser biały 20 g (MLEKO), Dżem 30 g
Obiad	Zupa dyniowa 300ml (SELER), Jajko 1 szt (AJAJ), sos ziołowy 80 ml (GLUTEN, MLEKO) Ryż brązowy 150g, Surówka z marchewki z oliwą 100g Kompot bez cukru 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta warzywna 60g. II: Sok warzywno- owocowy 150 ml
Środa, 18.02.2026 (Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pasta brokułowa 50g, Mix sałat 5g
Obiad	Zupa dyniowa 300ml (SELER), Jajko 1 szt (AJAJ), sos ziołowy 80 ml (GLUTEN, MLEKO) Ryż biały 150g, Surówka z marchewki z oliwą 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta warzywna 60g. II: Sok warzywno- owocowy 150ml
Środa, 18.02.2026 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Płatki jęczmienne (GLUTEN), Mleko 1.5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (AJAJ), Marchew gotowana
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Pomidory, Włoszczyzna (SELER), Mięso gotowane wieprzowe, Ziemniaki, Szpinak gotowany, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Dorsz pieczony (RYBY), Jogurt naturalny (MLEKO), Koperek, Włoszczyzna (SELER) II: Sok warzywno- owocowy 1szt

Środa, 18.02.2026 (Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (JAJA), Marchew gotowana Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Dżem
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Pomidory, Włoszczyzna (SELER), Mięso gotowane wieprzowe, Ziemniaki, Szpinak gotowany, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Dorsz pieczony (RYBY), Jogurt naturalny (MLEKO), Koperek, Włoszczyzna (SELER) II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Środa, 18.02.2026 (Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Płatki jęczmienne (GLUTEN), Mleko 1.5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (JAJA), Marchew gotowana
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Pomidory, Włoszczyzna (SELER), Mięso wieprzowe gotowane, Ziemniaki, Szpinak gotowany, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Dorsz pieczony (RYBY), Jogurt naturalny (MLEKO), Koperek, Włoszczyzna (SELER) II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Środa, 18.02.2026 (Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pasta brokułowa 60g, rzodkiewka 50g II: biszkopty 30g (JAJA, GLUTEN)
Obiad	Zupa dyniowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Jajko 1szt (JAJA), sos ziołowy 80 ml (GLUTEN, MLEKO) Ryż brązowy 150g, Surówka z marchewki z oliwą 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z zielonego groszku z koperkiem 60g (SELER), Pomidor 50g II: brzoskwinia 1 szt,
Środa, 18.02.2026 (Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pasta brokułowa 60g, Mix sałat 5g biszkopty 30g (JAJA, GLUTEN)
Obiad	Zupa dyniowa 300ml (SELER), Jajko 1 szt (JAJA), sos ziołowy 80ml (GLUTEN, MLEKO) Ryż biały 150g, Surówka z marchewki z oliwą 100g Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta warzywna 60g (SELER), Pomidor bez skórki 50g II: brzoskwinia bez skórki 1 szt,
Środa, 18.02.2026 (Dieta C3 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	

	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta brokułowa 60g, rzodkiewka 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Serek wiejski 30g (MLEKO), papryka 30g,
	Obiad	Zupa dyniowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Jajko 1 szt (JAJA), sos ziołowy 80ml (GLUTEN, MLEKO) Ryż brązowy 150g, Surówka z marchewki z oliwą 100g Kompot bez cukru 300ml
	Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z zielonego groszku z koperkiem 60g (SELER), Pomidor 50g II: brzoskwinia 1 szt,
Czwartek, 19.02.2026 (Dieta 1 podstawowa)		
	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), ser żółty 40g (MLEKO), papryka 50g
	Obiad	Zupa pomidorowa 300ml (MLEKO, SELER) pyzy z mięsem 300g (GLUTEN, MLEKO), śmietana 20g (MLEKO) kompot 300ml
	Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z rzodkiewka 60g (MLEKO), Ogórek kiszony 50 g II: brzoskwinia 1 szt
Czwartek, 19.02.2026 (Dieta 2 łatwo strawna)		
	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pasta z jaj 60g (JAJA, MLEKO), roszponka 10g
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLEKO, SELER) makaron 150g, sos mięsno-jarzynowy 150g (SELER) Kompot 300ml
	Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z koperkiem 60g (MLEKO), Pieczona cukinia 50g II: brzoskwinie bez skórki 1 szt
Czwartek, 19.02.2026 (Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)		
	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 0,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO), Baton 100g (GLUTEN), pasta z jaj 60g (JAJA, MLEKO), roszponka 10g
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLEKO, SELER) makaron 150g, sos mięsno-jarzynowy 150g (SELER), Kompot 300ml
	Kolacja	Herbata bez cukru 300ml baton 100g, Serek kanapkowy z koperkiem 60g (MLEKO), Pieczona cukinia 50g II: brzoskwinie bez skórki 1 szt
Czwartek, 19.02.2026 (Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)		
	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 0,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), pasta z jaj 60g (JAJA, MLEKO), roszponka 10g
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLEKO, SELER) makaron 150g, sos mięsno-jarzynowy 150g (SELER) Kompot 300ml

Kolacja	Herbata bez cukru 300ml baton 100g, Serek kanapkowy z koperkiem 60g (MLEKO), Pieczona cukinia 50g II: brzoskwinie bez skórki 1 szt
Czwartek, 19.02.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), ser żółty 40g (MLEKO), roszponka 5g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), pasta z jaj 30g (JAJA, MLEKO) rzodkiewka 30g
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLEKO, SELER) makaron pełnoziarnisty 150g, sos mięsno-jarzynowy 150g (SELER) Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z rzodkiewką 60g (MLEKO), Ogórek kiszony 50 g II: brzoskwinia 1 szt
Czwartek, 19.02.2026 (Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), ser żółty 20g (MLEKO), roszponka 5g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), pasta z białek 30g (JAJA, MLEKO) rzodkiewka 30g
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLEKO, SELER) makaron pełnoziarnisty 150g, sos mięsno-jarzynowy 150g (SELER) Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z koperkiem 40g (MLEKO), Cukinia 50g II: brzoskwinia 1 szt
Czwartek, 19.02.2026 (Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Baton 100g (GLUTEN), pasta z jaj 40g (JAJA, MLEKO), roszponka 10g
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLEKO, SELER) makaron 150g, sos mięsno-jarzynowy 120g (SELER) Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml baton 100g, Serek kanapkowy z koperkiem 40g (MLEKO), Pieczona cukinia 50g II: brzoskwinie bez skórki 1 szt
Czwartek, 19.02.2026 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Makaron (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jaja (JAJA), Jogurt naturalny (MLEKO), Marchew
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Ryż biały, Ryba (RYBY), Ziemniaki, Szpinak, Oliwa z oliwek, Koncentrat pomidorowy, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Burak, Cukinia II: Sok warzywno-owocowy 1 szt
Czwartek, 19.02.2026 (Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (JAJA), Jogurt naturalny (MLEKO), Marchew Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka gotowana (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Pomidor
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Ryż biały, Ryba (RYBY), Ziemniaki, Szpinak gotowany, Oliwa z oliwek, Koncentrat pomidorowy, Śmietana (MLEKO)

Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Burak, cukinia II: Sok warzywno-owocowy 1 szt
Czwartek, 19.02.2026 (Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Makaron (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jaja (JAJA), Jogurt naturalny (MLEKO), Marchew gotowana
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Ryż biały, Ryba (GLUTEN, RYBY), Ziemniaki, Szpinak gotowany, Oliwa z oliwek, Koncentrat pomidorowy, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Burak, Pieczona cukinia II: Sok warzywno-owocowy 1szt
Czwartek, 19.02.2026 (Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), ser żółty 40g (MLEKO), papryka 50g II: sok warzywno-owocowy 1 szt
Obiad	Zupa pomidorowa 300ml (MLEKO, SELER) pyzy z mięsem 300g (GLUTEN, MLEKO), śmietana 20g (MLEKO) kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z rzodkiewka 60g (MLEKO), Ogórek kiszony 50 g II: brzoskwinia 1 szt
Czwartek, 19.02.2026 (Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pasta z jaj 60g (JAJA, MLEKO), roszponka 10g II: sok warzywno-owocowy 1 szt
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLEKO, SELER) makaron 150g, sos mięsno-jarzynowy 150g (SELER) Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z koperkiem 60g (MLEKO), Pieczona cukinia 50g II: brzoskwinie bez skórki 1 szt
Czwartek, 19.02.2026 (Dieta C3 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), ser żółty 40g (MLEKO), roszponka 5g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), pasta z jaj 30g (JAJA, MLEKO) rzodkiewka 30g
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLEKO, SELER) makaron pełnoziarnisty 150g, sos mięsno-jarzynowy 150g (SELER) Kompot 300ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z rzodkiewka 60g (MLEKO), Ogórek kiszony 50 g II: brzoskwinia 1 szt

06.02.2026

Dieta	kcal	Węglowodany	Błonnik	Sacharoza	Glukoza	Laktoza	Tłuszcz	Nasycone	Białko	Sól	Sód
Dieta 1	2305	318.7	34.2	41.9	18.1	21.9	78.2	38.7	90.7	4.6	1840
Dieta 2	2258	313.1	30.6	40.3	17.4	21.5	75.9	37.7	87.0	4.4	1760
Dieta 3	2087	305.4	29.2	38.6	16.6	19.7	60.4	29.5	82.6	4.0	1600
Dieta 4	2281	314.8	30.4	40.8	17.6	21.7	76.8	38.1	88.1	4.5	1800
Dieta 6	2170	264.9	39.1	24.6	13.8	18.5	84.6	42.2	94.6	4.9	1960
Dieta 6/10/S	1995	257.4	35.7	22.9	12.9	16.9	77.2	38.4	67.2	4.5	1800
Dieta 10	2121	298.9	28.0	37.6	16.4	19.6	69.3	34.5	60.9	4.1	1640
Dieta C1	2425	326.7	36.3	43.9	18.9	23.1	82.0	40.8	99.7	4.8	1920
Dieta C2	2356	318.8	31.5	42.1	18.2	22.4	79.0	39.4	95.4	4.6	1840
Dieta C3	2261	270.4	40.9	25.4	14.3	19.3	88.8	44.1	97.3	5.1	2040

07.02.2026

Dieta	Energia (kcal)	Węglowodany	Błonnik	Sacharoza	Glukoza	Laktoza	Tłuszcze	Nasycone	Białko	Sól (g)	Sód (mg)
Dieta 1	2324	321.2	34.6	42.3	18.3	22.1	79.1	39.2	91.8	4.6	1840
Dieta 2	2276	315.6	31.0	40.7	17.6	21.7	76.8	38.1	88.0	4.4	1760
Dieta 3	2103	307.4	29.6	39.1	16.8	20.0	61.2	29.9	83.7	4.1	1640
Dieta 4	2299	317.1	30.9	41.2	17.8	21.9	77.6	38.6	89.2	4.5	1800
Dieta 6	2191	266.8	39.7	25.0	14.0	18.8	85.9	42.8	95.9	5.0	2000
Dieta 6/10/S	2016	259.2	36.1	23.3	13.1	17.1	78.2	38.9	68.4	4.5	1800
Dieta 10	2142	300.7	28.4	38.1	16.6	19.8	70.1	34.9	61.9	4.2	1680
Dieta C1	2445	329.4	36.9	44.4	19.2	23.4	83.1	41.4	101.0	4.9	1960
Dieta C2	2376	321.5	32.0	42.6	18.4	22.7	80.2	40.0	96.7	4.7	1880
Dieta C3	2281	273.1	41.5	25.9	14.6	19.6	90.1	44.7	98.7	5.2	2080

08.02.2026

Dieta	Energia kcal	Węglowodany	Błonnik	Sacharoza	Glukoza	Laktoza	Tłuszcze	Nasycone	Białko	Sól (g)	Sód (mg)
Dieta 1	2309	319.4	34.1	41.9	18.1	21.9	78.3	38.8	90.6	4.6	1840
Dieta 2	2261	313.7	30.6	40.3	17.4	21.5	76.0	37.7	86.9	4.4	1760
Dieta 3	2091	305.9	29.2	38.7	16.6	19.8	60.6	29.6	82.8	4.0	1600
Dieta 4	2286	315.2	30.5	40.9	17.6	21.7	76.9	38.1	88.1	4.5	1800
Dieta 6	2176	265.1	39.2	24.6	13.8	18.6	84.8	42.3	94.7	4.9	1960
Dieta 6/10/S	2001	257.6	35.7	22.9	12.9	16.9	77.4	38.4	67.2	4.5	1800
Dieta 10	2127	299.0	28.0	37.7	16.4	19.6	69.2	34.5	60.8	4.1	1640
Dieta C1	2429	327.8	36.4	44.0	19.0	23.2	82.2	40.9	99.8	4.8	1920
Dieta C2	2359	319.9	31.5	42.2	18.2	22.5	79.1	39.5	95.6	4.6	1840
Dieta C3	2266	271.5	41.0	25.5	14.3	19.4	88.9	44.2	97.5	5.1	2040

09.02.2026

Dieta	kcal	Węglowodany	Błonnik	Sacharoza	Glukoza	Laktoza	Tłuszcze	Nasycone	Białko	Sól (g)	Sód (mg)
Dieta 1	2331	322.1	34.7	42.4	18.3	22.1	79.3	39.3	92.0	4.6	1840
Dieta 2	2284	316.5	31.1	40.8	17.6	21.7	77.0	38.2	88.3	4.4	1760
Dieta 3	2109	308.6	29.7	39.2	16.8	20.0	61.4	29.9	83.9	4.1	1640
Dieta 4	2306	318.0	30.9	41.3	17.8	21.9	77.8	38.7	89.5	4.5	1800
Dieta 6	2196	267.2	39.8	25.1	14.0	18.8	86.1	42.9	96.1	5.0	2000
Dieta 6/10/S	2020	259.7	36.2	23.4	13.1	17.1	78.4	39.0	68.6	4.5	1800
Dieta 10	2147	301.1	28.4	38.2	16.6	19.8	70.3	35.0	62.0	4.2	1680
Dieta C1	2450	329.9	37.0	44.5	19.2	23.4	83.3	41.5	101.2	4.9	1960
Dieta C2	2381	321.9	32.1	42.7	18.4	22.7	80.4	40.1	96.9	4.7	1880
Dieta C3	2286	273.6	41.6	26.0	14.6	19.6	90.3	44.8	98.9	5.2	2080

10.02.2026

Dieta	kcal	Węglowodany	Błonnik	Sacharoza	Glukoza	Laktoza	Tłuszcze	Nasycone	Białko	Sól (g)	Sód (mg)
Dieta 1	2316	319.9	34.3	42.0	18.1	21.9	78.6	38.9	91.1	4.6	1840
Dieta 2	2268	314.1	30.7	40.4	17.5	21.5	76.2	37.8	87.2	4.4	1760
Dieta 3	2097	306.2	29.3	38.8	16.7	19.8	60.8	29.6	82.9	4.0	1600
Dieta 4	2291	315.8	30.5	41.0	17.7	21.7	77.2	38.2	88.4	4.5	1800
Dieta 6	2181	265.6	39.3	24.7	13.9	18.6	85.1	42.4	95.0	4.9	1960
Dieta 6/10/S	2006	258.1	35.8	23.0	13.0	16.9	77.6	38.6	67.6	4.5	1800
Dieta 10	2132	299.5	28.1	37.8	16.5	19.6	69.6	34.6	61.3	4.1	1640
Dieta C1	2434	328.2	36.6	44.1	19.0	23.2	82.6	41.0	100.3	4.8	1920
Dieta C2	2365	320.3	31.7	42.3	18.3	22.5	79.6	39.7	96.1	4.6	1840
Dieta C3	2270	272.0	41.1	25.6	14.4	19.4	89.1	44.4	97.9	5.1	2040

11.02.2026

Dieta	kcal	Węglowodany	Błonnik	Sacharoza	Glukoza	Laktoza	Tłuszcze	Nasycone	Białko	Sól (g)	Sód (mg)
Dieta 1	2340	323.4	35.1	42.9	18.5	22.3	80.0	39.7	92.8	4.7	1880
Dieta 2	2293	317.7	31.4	41.2	17.8	21.9	77.7	38.5	89.0	4.5	1800
Dieta 3	2118	309.9	30.0	39.6	17.0	20.2	62.0	30.3	84.6	4.1	1640
Dieta 4	2315	319.3	31.1	41.7	18.0	22.1	78.4	39.0	90.1	4.6	1840
Dieta 6	2203	268.1	40.1	25.3	14.2	19.0	86.9	43.3	96.7	5.0	2000
Dieta 6/10/S	2028	260.5	36.5	23.6	13.3	17.3	79.1	39.3	69.0	4.6	1840
Dieta 10	2155	302.1	28.6	38.5	16.7	19.9	70.9	35.3	62.4	4.2	1680
Dieta C1	2459	331.0	37.3	44.9	19.4	23.6	84.0	41.8	101.9	4.9	1960
Dieta C2	2390	322.9	32.3	43.0	18.6	22.9	81.1	40.4	97.6	4.7	1880
Dieta C3	2295	274.4	41.8	26.2	14.8	19.8	91.1	45.1	99.4	5.2	2080

12.02.2026

Dieta	kcal	Węglowodany	Błonnik	Sacharoza	Glukoza	Laktoza	Tłuszcze	Nasycone	Białko	Sól (g)	Sód (mg)
Dieta 1	2322	320.6	34.5	42.2	18.2	22.0	79.0	39.1	91.7	4.6	1840
Dieta 2	2274	314.9	30.9	40.6	17.6	21.6	76.6	38.0	87.9	4.4	1760
Dieta 3	2101	307.1	29.5	39.0	16.8	19.9	61.0	29.8	83.6	4.1	1640
Dieta 4	2297	316.7	30.8	41.1	17.8	21.8	77.4	38.5	89.1	4.5	1800
Dieta 6	2189	266.4	39.6	24.9	14.0	18.7	85.7	42.7	95.7	5.0	2000
Dieta 6/10/S	2014	258.8	36.0	23.2	13.1	17.0	78.0	38.8	68.2	4.5	1800
Dieta 10	2140	300.2	28.3	38.0	16.6	19.7	69.9	34.8	61.8	4.2	1680
Dieta C1	2443	329.0	36.8	44.3	19.2	23.3	83.0	41.3	100.8	4.9	1960
Dieta C2	2374	321.0	31.9	42.5	18.4	22.6	80.0	39.9	96.6	4.7	1880
Dieta C3	2279	272.8	41.4	25.8	14.6	19.6	89.9	44.6	98.6	5.2	2080

13.02.2026

Dieta	kcal	Węglowodany	Błonnik	Sacharoza	Glukoza	Laktoza	Tłuszcze	Nasycone	Białko	Sól (g)	Sód (mg)
Dieta 1	2335	322.3	34.8	42.6	18.4	22.2	79.5	39.4	92.3	4.7	1880
Dieta 2	2288	316.6	31.2	41.0	17.7	21.8	77.1	38.3	88.6	4.5	1800
Dieta 3	2112	308.9	29.8	39.4	16.9	20.1	61.6	30.0	84.2	4.1	1640
Dieta 4	2310	318.4	31.0	41.4	17.9	22.0	78.0	38.8	89.8	4.6	1840
Dieta 6	2201	267.8	40.0	25.2	14.2	18.9	86.6	43.2	96.5	5.0	2000
Dieta 6/10/S	2026	260.2	36.4	23.5	13.3	17.2	78.8	39.2	68.9	4.6	1840
Dieta 10	2152	301.7	28.6	38.4	16.7	19.9	70.6	35.2	62.4	4.2	1680
Dieta C1	2456	330.7	37.1	44.7	19.4	23.6	83.9	41.7	101.6	4.9	1960
Dieta C2	2387	322.6	32.2	42.9	18.6	22.9	80.9	40.3	97.4	4.7	1880
Dieta C3	2291	274.3	41.7	26.1	14.7	19.8	90.8	45.0	99.3	5.2	2080

14.01.2026

Dieta	kcal	Węglowodany	Błonnik	Sacharoza	Glukoza	Laktoza	Tłuszcze	Nasycone	Białko	Sól (g)	Sód (mg)
Dieta 1	2319	320.1	34.4	42.1	18.2	22.0	78.8	39.0	91.4	4.6	1840
Dieta 2	2271	314.4	30.8	40.5	17.6	21.6	76.5	38.0	87.6	4.4	1760
Dieta 3	2099	306.8	29.4	38.9	16.7	19.9	60.9	29.7	83.3	4.1	1640
Dieta 4	2294	316.2	30.7	41.0	17.8	21.8	77.3	38.4	88.9	4.5	1800
Dieta 6	2187	266.0	39.5	24.8	14.0	18.7	85.5	42.6	95.5	5.0	2000
Dieta 6/10/S	2012	258.5	35.9	23.1	13.1	17.0	77.9	38.8	68.1	4.5	1800
Dieta 10	2138	299.8	28.2	37.9	16.6	19.7	69.8	34.8	61.7	4.2	1680
Dieta C1	2441	328.5	36.7	44.2	19.2	23.4	82.8	41.3	100.6	4.9	1960
Dieta C2	2372	320.6	31.8	42.4	18.4	22.6	79.9	39.9	96.4	4.7	1880
Dieta C3	2277	272.4	41.3	25.8	14.6	19.6	89.8	44.6	98.5	5.2	2080

15.02.2026

Dieta	kcal	Węglowodany	Błonnik	Sacharoza	Glukoza	Laktoza	Tłuszcze	Nasycone	Białko	Sól (g)	Sód (mg)
Dieta 1	2342	323.8	35.2	43.0	18.6	22.4	80.2	39.8	93.0	4.7	1880
Dieta 2	2295	318.1	31.5	41.3	17.9	22.0	77.9	38.6	89.2	4.5	1800
Dieta 3	2121	310.4	30.1	39.7	17.1	20.3	62.3	30.5	84.8	4.1	1640
Dieta 4	2318	319.9	31.2	41.8	18.0	22.2	78.6	39.1	90.4	4.6	1840
Dieta 6	2207	268.6	40.3	25.4	14.3	19.1	87.1	43.5	96.9	5.0	2000
Dieta 6/10/S	2032	261.0	36.7	23.7	13.4	17.4	79.4	39.6	69.3	4.6	1840
Dieta 10	2159	302.6	28.7	38.6	16.8	20.0	71.2	35.5	62.6	4.2	1680
Dieta C1	2463	331.5	37.5	45.0	19.5	23.7	84.4	42.0	102.0	4.9	1960
Dieta C2	2394	323.4	32.6	43.2	18.7	23.0	81.5	40.6	97.8	4.7	1880
Dieta C3	2299	275.0	42.1	26.3	14.9	19.9	91.7	45.4	99.7	5.2	2080

16.02.2026

Dieta	kcal	Węglowodany	Błonnik	Sacharoza	Glukoza	Laktoza	Tłuszcz	Nasycone	Białko	Sól (g)	Sód (mg)
Dieta 1	2328	321.0	34.6	42.3	18.3	22.1	79.3	39.3	91.9	4.6	1840
Dieta 2	2281	315.4	31.0	40.7	17.6	21.7	77.0	38.1	88.2	4.4	1760
Dieta 3	2107	307.8	29.6	39.1	16.8	20.0	61.3	29.9	83.8	4.1	1640
Dieta 4	2302	317.2	30.9	41.2	17.8	21.9	77.7	38.6	89.3	4.5	1800
Dieta 6	2193	267.0	39.7	25.0	14.0	18.8	86.0	42.9	96.0	5.0	2000
Dieta 6/10/S	2018	259.4	36.1	23.3	13.1	17.1	78.3	39.0	68.5	4.5	1800
Dieta 10	2144	301.0	28.4	38.1	16.6	19.8	70.2	34.9	61.9	4.2	1680
Dieta C1	2448	329.7	36.9	44.4	19.2	23.4	83.3	41.5	101.1	4.9	1960
Dieta C2	2379	321.7	32.0	42.6	18.4	22.7	80.3	40.1	96.8	4.7	1880
Dieta C3	2284	273.4	41.6	26.0	14.6	19.6	90.2	44.8	98.8	5.2	2080

17.02.2026

Dieta	kcal	Węglowodany	Błonnik	Sacharoza	Glukoza	Laktoza	Tłuszcz	Nasycone	Białko	Sól	Sód
Dieta 1	2346	324.1	35.1	43.0	18.6	22.4	80.4	39.9	93.1	4.7	1880
Dieta 2	2299	318.4	31.5	41.3	17.9	22.0	78.1	38.6	89.3	4.5	1800
Dieta 3	2124	310.6	30.1	39.8	17.1	20.3	62.4	30.5	84.9	4.1	1640
Dieta 4	2321	320.1	31.2	41.8	18.0	22.2	78.7	39.1	90.5	4.6	1840
Dieta 6	2210	269.0	40.4	25.5	14.3	19.1	87.3	43.6	97.1	5.0	2000
Dieta 6/10/S	2035	261.5	36.8	23.8	13.4	17.4	79.6	39.7	69.4	4.6	1840
Dieta 10	2162	302.9	28.8	38.7	16.9	20.1	71.4	35.6	62.7	4.2	1680
Dieta C1	2466	332.0	37.6	45.1	19.5	23.8	84.6	42.1	102.2	4.9	1960
Dieta C2	2397	323.9	32.7	43.3	18.7	23.0	81.7	40.7	97.9	4.7	1880
Dieta C3	2302	275.4	42.2	26.4	14.9	20.0	91.9	45.5	99.8	5.2	2080

18.02.2026

Dieta	kcal	Węglowodany	Błonnik	Sacharoza	Glukoza	Laktoza	Tłuszcz	Nasycone	Białko	Sól	Sód
Dieta 1	2317	319.8	34.3	42.0	18.1	21.9	78.6	38.9	91.0	4.6	1840
Dieta 2	2270	314.2	30.7	40.4	17.5	21.5	76.3	37.8	87.3	4.4	1760
Dieta 3	2096	306.5	29.3	38.8	16.7	19.8	60.9	29.6	82.9	4.0	1600
Dieta 4	2292	315.9	30.5	41.0	17.7	21.7	77.3	38.2	88.5	4.5	1800
Dieta 6	2182	265.8	39.3	24.7	13.9	18.6	85.2	42.4	95.1	4.9	1960
Dieta 6/10/S	2007	258.3	35.8	23.0	13.0	16.9	77.7	38.6	67.7	4.5	1800
Dieta 10	2133	299.7	28.1	37.8	16.5	19.6	69.7	34.6	61.4	4.1	1640
Dieta C1	2437	328.6	36.6	44.1	19.0	23.2	82.7	41.0	100.4	4.8	1920
Dieta C2	2368	320.7	31.7	42.3	18.3	22.5	79.7	39.7	96.2	4.6	1840
Dieta C3	2273	272.3	41.1	25.6	14.4	19.4	89.2	44.4	98.0	5.1	2040

19.02.2026

Dieta	kcal	Węglowodany	Błonnik	Sacharoza	Glukoza	Laktoza	Tłuszcz	Nasycone	Białko	Sól	Sód
Dieta 1	2333	322.5	34.8	42.6	18.4	22.2	79.6	39.4	92.4	4.7	1880
Dieta 2	2286	316.8	31.2	41.0	17.7	21.8	77.3	38.3	88.7	4.5	1800
Dieta 3	2111	309.0	29.8	39.4	16.9	20.1	61.7	30.0	84.3	4.1	1640
Dieta 4	2308	318.6	31.0	41.5	17.9	22.0	78.1	38.8	89.9	4.6	1840
Dieta 6	2199	268.0	40.0	25.2	14.2	18.9	86.7	43.3	96.6	5.0	2000
Dieta 6/10/S	2024	260.4	36.4	23.5	13.3	17.2	78.9	39.3	69.0	4.6	1840
Dieta 10	2151	301.9	28.6	38.4	16.7	19.9	70.8	35.2	62.4	4.2	1680
Dieta C1	2454	330.9	37.2	44.7	19.4	23.6	84.0	41.8	101.7	4.9	1960
Dieta C2	2385	322.8	32.3	42.9	18.6	22.9	81.0	40.4	97.5	4.7	1880
Dieta C3	2290	274.6	41.8	26.2	14.8	19.8	91.0	45.1	99.4	5.2	2080

