

Wtorek, 07.10.2025(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 80g (GLUTEN, RYBY), ogórek kiszony 100g
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Fasolka po bretońsku 250g (GLUTEN, MLEKO, SELER), bułka grahamka 1 szt. (GLUTEN), brzoskwinia 1 szt Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta brokułowa 70g (MLEKO, JAJA), MIX SAŁAT 10g II: babeczka kakaowa z orzechami 2 szt (GLUTEN, MLEKO, JAJA, ORZECY),
Wtorek, 07.10.2025(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 rybna na jogurcie 70g (RYBY, MLEKO), roszponka 10g
Obiad	Zupa selerowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN), szpinak gotowany 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta brokułowa 70g (MLEKO, JAJA), mix sałat 10g II: babeczka kakaowa z orzechami 2 szt (GLUTEN, MLEKO, JAJA, ORZECY),
Wtorek, 07.10.2025(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), pasta z dorsza na jogurcie 70g (RYBY, MLEKO), roszponka 10g
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN), szpinak gotowany 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), szynka drobiowa (SELER), mix sałat 10g II: Bułka pszenna z twarogiem 1szt (GLUTEN, MLEKO), Woda 1szt
Wtorek, 07.10.2025(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), pasta rybna na jogurcie 70g (RYBY, MLEKO), roszponka 10g
Obiad	Zupa selerowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN), szpinak gotowany 100g Kompot 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta brokułowa 70g (MLEKO, JAJA), mix sałat 10g II: babeczka kakaowa z orzechami 2 szt (GLUTEN, MLEKO, JAJA, ORZECY),
----------------	--

Wtorek, 07.10.2025(Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)
--

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), paprykarz 80g (GLUTEN, RYBY), ogórek kiszony 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), tofu 40g (SOJA), marchew słupki 30g
Obiad	Zupa selerowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN), Sałatka szwedzka 100g (GORCZYCA) Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta brokułowa 70g (MLEKO, JAJA), mix sałat 10g II: babeczka kakaowa z orzechami 2 szt (GLUTEN, MLEKO, JAJA, ORZECY),

Wtorek, 07.10.2025(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), pasta rybna na jogurcie 40g (RYBY, MLEKO), roszponka 10g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Szynka drobiowa 20g (GLUTEN, SOJA), marchew słupki 30g
Obiad	Zupa selerowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Kasza gryczana 200g (GLUTEN), szpinak gotowany 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta brokułowa 50g (MLEKO, JAJA), mix sałat 10g II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt, Woda 1 szt

Wtorek, 07.10.2025(Dieta 10 niskobiałkowa)

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pasta rybna na jogurcie 40g (RYBY, MLEKO), roszponka 10g
Obiad	Zupa selerowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Potrawka z kurczaka i warzyw 150g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN), szpinak gotowany 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta brokułowa 50g (MLEKO, JAJA), mix sałat 10g II: babeczka kakaowa z orzechami 2 szt (GLUTEN, MLEKO, JAJA, ORZECY),

Wtorek, 07.10.2025(Dieta 12/1 papkowata podstawowa)
--

Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Płatki owsiane, Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Pomidor
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ziemniaki, Seler (SELER), Włoszczyzna (SELER), Mięso drobiowe, Bukiet królewski, Olej rzepakowy, Śmietana (MLEKO), Mąka pszenna (GLUTEN)

Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Pieczona cukinia z ziołami II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
----------------	--

Wtorek, 07.10.2025(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, MLEKO, SOJA), Włoszczyzna gotowana (SELER)
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ziemniaki, Seler (SELER), Włoszczyzna (SELER), Mięso drobiowe, Bukiet królewski, Olej rzepakowy, Śmietana (MLEKO), Mąka pszenna (GLUTEN)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Pieczona cukinia z ziołami II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt

Wtorek, 07.10.2025(Dieta 14 płynna wzmocniona)

Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Płatki owsiane (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Pomidor
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Ziemniaki, Seler (SELER), Włoszczyzna (SELER), Mięso drobiowe, Bukiet królewski, Olej rzepakowy, Śmietana (MLEKO), Mąka pszenna (GLUTEN)
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Pieczona cukinia z ziołami II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt

Wtorek, 07.10.2025(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 80g (GLUTEN, RYBY), ogórek kiszony 100g II: Maślanka 1 szt (MLEKO)
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN), szpinak gotowany 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta brokułowa 70g (MLEKO, JAJA), mix sałat 10g II: babeczka kakaowa z orzechami 2 szt (GLUTEN, MLEKO, JAJA, ORZECHY),

Wtorek, 07.10.2025(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 rybna na jogurcie 70g (RYBY, MLEKO), roszponka 10g II: Maślanka 1 szt (MLEKO)
------------------	--

Obiad	Zupa selerowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN), szpinak gotowany 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta brokułowa 70g (MLEKO, JAJA), mix sałat 10g II: babeczka kakaowa z orzechami 2 szt (GLUTEN, MLEKO, JAJA, ORZECY),

Wtorek, 07.10.2025(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 80g (GLUTEN, RYBY), ogórek kiszony 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), ser tofu 40g (SOJA), marchew słupki 30g, maślanka 1 szt (MLEKO)
Obiad	Zupa selerowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN), Sałatka szwedzka 100g (GORCZYCA) Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta brokułowa 70g (MLEKO, JAJA), mix sałat 10g II: babeczka kakaowa z orzechami 2 szt (GLUTEN, MLEKO, JAJA, ORZECY),

Środa, 08.10.2025(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), Ser żółty 60g Rukola 5g, kiwi 1 szt
Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Naleśniki z serem 2szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 150g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Polędwica sopocka 60g (GLUTEN, SOJA), rzodkiewka 100g II: Sałatka z pieczonym kurczakiem, kaszą jaglaną i sosem ziołowym 1szt, Woda 1szt

Środa, 08.10.2025(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), Pasta z tofu 70g (SOJA), Sałata 10 g
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (GLUTEN, JAJA), Jogurt naturalny 150g (MLEKO), Brzoskwinia bez skórki 1szt Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Polędwica sopocka 60g (GLUTEN, SOJA), cukinia pieczona 100g II: Sałatka z pieczonym kurczakiem, kaszą jaglaną i sosem ziołowym 1szt, Woda 1szt

Środa, 08.10.2025(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), Masło 15g (MLEKO), Pasta z tofu 70g (SOJA), Sałata 10 g
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (GLUTEN, JAJA), Jogurt naturalny 150g (MLEKO), Brzoskwinia bez skórki 1szt, Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Polędwica sopocka 60g (GLUTEN, SOJA), cukinia pieczona 100g II: Sok warzywno-owocowy 1 szt, Woda 1szt

Środa, 08.10.2025(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), Pasta z tofu 70g (SOJA), Sałata 10 g
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (GLUTEN, JAJA), Jogurt naturalny 150g (MLEKO), Brzoskwinia bez skórki 1szt, Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Polędwica sopocka 60g (GLUTEN, SOJA), cukinia pieczona 100g II: Sok warzywno-owocowy 1 szt, Woda 1szt
Środa, 08.10.2025(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 60g Rukola 5g, kiwi 1 szt II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), mozzarella 50g (MLEKO), Rzodkiewka 50g
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zapiekanka z brązowego ryżu i jabłka 250g (GLUTEN, JAJA), Jogurt naturalny 150g (MLEKO), Brzoskwinia 1szt, Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Polędwica sopocka 60g (GLUTEN, SOJA), cukinia pieczona 100g II: Sałatka z pieczonym kurczakiem, kaszą jaglaną i sosem ziołowym 1szt, Woda 1szt
Środa, 08.10.2025(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), Pasta z tofu 50g (SOJA), Sałata 10 g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Ser biały 40 g (MLEKO), Roszponka 10 g
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (GLUTEN, JAJA), Jogurt naturalny 70g (MLEKO), Brzoskwinia bez skórki 1szt, Kompot 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Polędwica sopocka 40g (GLUTEN, SOJA), cukinia pieczona 100g II: Sok warzywno- owocowy 1szt, Woda 1 szt
Środa, 08.10.2025(Dieta 10 niskobiałkowa)	
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), Pasta z tofu 50g (SOJA), Sałata 10 g
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (GLUTEN, JAJA), Jogurt naturalny 70g (MLEKO), Brzoskwinia bez skórki 1szt, Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Polędwica sopocka 40g (GLUTEN, SOJA), cukinia pieczona 100g II: Sok warzywno-owocowy 1 szt, Woda 1szt

Środa, 08.10.2025(Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Płatki ryżowe, Mleko 1,5% tł (MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Brokuł
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ziemniaki, Ryż biały, Jabłko, Jogurt naturalny (MLEKO), Banan, Cukier, Mieszanka kompotowa
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Polędwica sopocka (GLUTEN, SOJA), Włoszczyzna (SELER) II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Środa, 08.10.025(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), Brokuł Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (JAJA), Marchew
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ziemniaki, Ryż biały, Jabłko, Jogurt naturalny (MLEKO), Mieszanka kompotowa
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Polędwica sopocka (GLUTEN, SOJA), Włoszczyzna (SELER) II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Środa, 08.10.2025(Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Płatki ryżowe, Mleko 1,5% tł (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Brokuły
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Ziemniaki, Ryż biały, Jabłko, Jogurt naturalny (MLEKO), Banan, Cukier, Mieszanka kompotowa
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Ryż biały, Woda, Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Polędwica sopocka (GLUTEN, SOJA), Włoszczyzna (SELER) II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Środa, 08.10.2025(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), Ser żółty 60g Rukola 5g, kiwi 1 szt II: wafle ryżowe 30g
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Naleśniki z serem 2szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 150g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Polędwica sopocka 60g (GLUTEN, SOJA), rzodkiwka 100g II: Sałatka z pieczonym kurczakiem, kaszą jaglaną i sosem ziołowym 1szt, Woda 1szt

Środa, 08.10.2025(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), Pasta z tofu 70g (SOJA), Sałata 10 g II: wafle ryżowe 30g
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (GLUTEN, JAJA), Jogurt naturalny 150g (MLEKO), Brzoskwinia bez skórki 1szt Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Polędwica sopocka 60g (GLUTEN, SOJA), cukinia pieczona 100g II: Sałatka z pieczonym kurczakiem, kaszą jaglaną i sosem ziołowym 1szt, Woda 1szt

Środa, 08.10.2025(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 60g Rukola 5g, kiwi 1 szt II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), mozzarella 50g (MLEKO), Rzodkiewka 50g, wafle ryżowe 30g
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zapiekanka z brązowego ryżu i jabłka 250g (GLUTEN, JAJA), Jogurt naturalny 150g (MLEKO), Brzoskwinia 1szt, Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Polędwica sopocka 60g (GLUTEN, SOJA), cukinia pieczona 100g II: Sałatka z pieczonym kurczakiem, kaszą jaglaną i sosem ziołowym 1szt, Woda 1szt

Czwartek, 09.10.2025(Dieta 1 podstawowa - GŁUBCZYCE)

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), skyr 1 szt (MLEKO), Dżem 50g, Banan 1 szt
Obiad	Zupa żurek z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, JAJA) Kotlet z soczewicy pieczony 120g, Ryż brązowy 200g, Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 100g, Włoszczyzna oprószana z oliwą 100g (GLUTEN, SELER) Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Ser topiony 50g (MLEKO), pasztet 50g (SELER), roszponka 10g. II: Grahamka z pastą z twarogiem i sałatą 1 szt (GLUTEN, MLEKO), Woda 1szt

Czwartek, 09.10.2025 (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), skyr 1 szt (MLEKO), Dżem 50g, Banan 1 szt
Obiad	Zupa wiejska z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pulpety mielone 120g (JAJA, GLUTEN), Sos pomidorowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 200g, marchewka z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 60g (SELER), ROSZPONKA 10g, II: Bułka pszenna z pastą z twarogiem i sałatą 1 szt (GLUTEN, MLEKO), Woda 1szt
Czwartek, 09.10.2025 (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), skyr 1 szt (MLEKO), Dżem 50g, Banan 1 szt
Obiad	Zupa wiejska z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pulpety mielone 120g (JAJA, GLUTEN), Sos pomidorowy bez tłuszczu 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 200g, marchewka 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN),), szynka drobiowa 60g (SELER), Roszponka 10g, II: Bułka pszenna z pastą z twarogiem i sałatą 1 szt (GLUTEN, MLEKO), Woda 1szt
Czwartek, 09.10.2025(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), skyr 1 szt (MLEKO), Dżem 50g, Banan 1 szt
Obiad	Zupa wiejska z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pulpety mielone 120g (JAJA, GLUTEN), Sos pomidorowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 200g, marchewka z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 60g (SELER), Roszponka 10g, II: Bułka pszenna z pastą z twarogiem i sałatą 1 szt (GLUTEN, MLEKO), Woda 1szt
Czwartek, 09.10.2025(Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), skyr 1 szt (MLEKO), Dżem 50g, kiwi 1 szt II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), pasta warzywna 60g (GLUTEN, SOJA), Rukola 5g
Obiad	Zupa żurek z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, JAJA) Kotlet z soczewicy 120g, Ryż brązowy 200g, Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 100g, 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), pasztet 50g (SELER), roszponka 10g. II: Grahamka z pastą z twarogiem i sałatą 1 szt (GLUTEN, MLEKO), Woda 1szt
Czwartek, 09.10.2025(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), skyr 1/2 szt (MLEKO), Dżem 50g, Banan 1/2 szt II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Pasta z tofu 30g (MLEKO, SOJA), Jabłko bez skóry 1 szt
Obiad	Pulpety mielone 80g (JAJA, GLUTEN), Sos pomidorowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż brązowy 200g, marchewka z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER), Roszponka 10g, II: Sok warzywno- owocowy 1szt, Woda 1 szt
Czwartek, 09.10.2025(Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), skyr 1/2 szt (MLEKO), Dżem 50g, Banan 1 szt
Obiad	Zupa wiejska z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pulpety mielone 80g (JAJA, GLUTEN), Sos pomidorowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 200g, marchewka z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER), Roszponka 10g, II: Bułka pszenna z pastą z twarogiem i sałatą 1 szt (GLUTEN, MLEKO), Woda 1szt
Czwartek, 09.10.2025(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
Czwartek, 09.10.2025(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), Tofu (SOJA), Jogurt (MLEKO), Jabłko
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Brokuły, Ziemniaki, Ryż brązowy, Włoszczyzna (SELER), Jajko gotowane (JAJA), Śmietana (MLEKO), Oliwa z oliwek
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Gotowany burak II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Czwartek, 09.10.2025(Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Kasza kukurydziana, Mleko 1.5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Pomidor bez skóry
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Brokuły, Ziemniaki, Ryż biały, Włoszczyzna (SELER), Jajko gotowane (JAJA), Śmietana (MLEKO), Oliwa z oliwek
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Woda, Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Gotowany burak II: Sok warzywno- owocowy 1szt

Czwartek, 09.10.2025(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), skyr 1 szt (MLEKO), Dżem 50g, Banan 1 szt II: orzechy włoskie 30g (ORZECY)
Obiad	Zupa żurek z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, JAJA) Kotlet z soczewicy pieczony 120g, Ryż brązowy 200g, Surówka z kapusty kiszanej z olejem rzepakowym 100g, Włoszczyzna oprószana z oliwą 100g (GLUTEN, SELER) Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Ser topiony 50g (MLEKO), pasztet 50g (SELER), roszponka 10g. II: Grahamka z pastą z twarogiem i sałatą 1 szt (GLUTEN, MLEKO), Woda 1szt
Czwartek, 09.10.2025(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), skyr 1 szt (MLEKO), Dżem 50g, Banan 1 szt II: sok z buraka 1 szt
Obiad	Zupa wiejska z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pulpety mielone 120g (JAJA, GLUTEN), Sos pomidorowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 200g, marchewka z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 60g (SELER), ROSZPONKA 10g, II: Bułka pszenna z pastą z twarogiem i sałatą 1 szt (GLUTEN, MLEKO), Woda 1szt
Czwartek, 09.10.2025(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), skyr 1 szt (MLEKO), Dżem 50g, kiwi 1 szt II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), pasta warzywna 60g (GLUTEN, SOJA), Rukola 5g II: orzechy włoskie 30g (ORZECY)
Obiad	Zupa żurek z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, JAJA) Kotlet z soczewicy 120g, Ryż brązowy 200g, Surówka z kapusty kiszanej z olejem rzepakowym 100g, 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), pasztet 50g (SELER), roszponka 10g. II: Grahamka z pastą z twarogiem i sałatą 1 szt (GLUTEN, MLEKO), Woda 1szt
Piątek, 10.10.2025(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), Pasta z jaj 60g (JAJA, MLEKO), Ogórek zielony 100g
Obiad	Zupa brokułowa 300ml (GLUTEN, SELER, MLEKO) Ryba po grecku z warzywami 200g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa z sezamem 100g (SEZAM) Kompot 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z koperkiem 70g (MLEKO), śliwka 1 szt II: Rogal maślany 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM), Jogurt owocowy 1szt (MLEKO), Woda 1szt
Piątek, 10.10.2025(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 na jogurcie 60g (JAJA, MLEKO), jabłko bez skórki 1 szt
Obiad	Zupa brokułowa 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba po grecku z warzywami 200g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z koperkiem 60g (MLEKO), Pomidor bez skóry 100g II: Rogal maślany 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM), Jogurt owocowy 1szt (MLEKO), Woda 1szt

Piątek, 10.10.2025(Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Pasta z białek na jogurcie 60g (JAJA, MLEKO), jabłko bez skórki 1 szt
Obiad	Zupa brokułowa 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba po grecku z warzywami 200g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Serek kanapkowy z koperkiem 60g (MLEKO), Pomidor bez skóry 100g II: Rogal maślany 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM), jogurt 0% tłuszczu (MLEKO), Woda 1szt
Piątek, 10.10.2025(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) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Pasta z jaj na jogurcie 60g (JAJA, MLEKO), jabłko bez skórki 1 szt
Obiad	Zupa brokułowa 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba po grecku z warzywami 200g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z koperkiem 60g (MLEKO), Pomidor bez skóry 100g II: Rogal maślany 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Woda 1szt
Piątek, 10.10.2025(Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z jaj 60g (JAJA, MLEKO), Ogórek zielony 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), pasta z fasoli 50g (GLUTEN, RYBA), Pieczona cukinia z ziołami 100g
Obiad	Zupa brokułowa 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba po grecku z warzywami 200g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa z sezamem 100g (SEZAM) Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z koperkiem 60g (MLEKO), śliwka 1 szt II: Rogal maślany 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Woda 1szt

Piątek, 10.10.2025(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), Pasta z jaj na jogurcie 50g (JAJA, MLEKO), Pieczona cukinia z ziołami 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Dżem 40 g, Jabłko bez skóry 1 szt
Obiad	Zupa brokułowa 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba po grecku z warzywami 200g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Kasza jaglana 200g, Fasolka szparagowa 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z koperkiem 40 g (MLEKO), Pomidor bez skóry 100g II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt, Woda 1 szt
Piątek, 10.10.2025(Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Pasta z jaj na jogurcie 50g (JAJA, MLEKO), Pieczona cukinia z ziołami 100g
Obiad	Zupa brokułowa 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba po grecku z warzywami 200g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Kasza jaglana 200g, Fasolka szparagowa 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z koperkiem 40 g (MLEKO), Pomidor bez skóry 100 g II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt, Woda 1 szt
Piątek, 10.10.2025(Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Makaron (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajka (JAJA), Jogurt naturalny (MLEKO), Pieczona cukinia z ziołami
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Kasza manna (GLUTEN), Włoszczyzna (SELER), Marchew, Ryba (GLUTEN, RYBY), Ziemniaki, Oliwa z oliwek, Mąka pszenna (GLUTEN), Koncentrat pomidorowy, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Gotowany burak, Pomidor II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Piątek, 10.10.2025(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), Pieczona cukinia z ziołami Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka gotowana (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Brokuł
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Kasza manna (GLUTEN), Włoszczyzna (SELER), Marchew, Ryba (GLUTEN, RYBY), Ziemniaki, Oliwa z oliwek, Koncentrat pomidorowy, Śmietana (MLEKO)

Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Gotowany burak, Pomidor II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
----------------	--

Piątek, 10.10.2025(Dieta 14 płynna wzmocniona)

Śniadanie	Koktajl śniadniowy 400ml: Makaron (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajka (JAJA), Jogurt naturalny (MLEKO), Pieczona cukinia z ziołami
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Kasza manna (GLUTEN), Włoszczyzna (SELER), Marchew, Ryba (GLUTEN, RYBY), Ziemniaki, Oliwa z oliwek, Mąka pszenna (GLUTEN), Koncentrat pomidorowy, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Kasza manna (GLUTEN), Woda, Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Gotowany burak, Pomidor II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt (MLEKO)

Piątek, 10.10.2025(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), Pasta z jaj 60g (JAJA, MLEKO), Ogórek zielony 100g II: gruszka 1 szt
Obiad	Zupa brokułowa 300ml (GLUTEN, SELER, MLEKO) Ryba po grecku z warzywami 200g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa z sezamem 100g (SEZAM) Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z koperkiem 70g (MLEKO), śliwka 1 szt II: Rogal maślany 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM), Jogurt owocowy 1szt (MLEKO), Woda 1szt

Piątek, 10.10.2025(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 na jogurcie 60g (JAJA, MLEKO), Pieczona cukinia z ziołami 100g II: Banan 1 szt
Obiad	Zupa brokułowa 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba po grecku z warzywami 200g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z koperkiem 60g (MLEKO), Pomidor bez skóry 100g II: Rogal maślany 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM), Jogurt owocowy 1szt (MLEKO), Woda 1szt

Piątek, 10.10.2025(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 z jaj 60g (JAJA, MLEKO), Ogórek zielony 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), pasta z fasoli 50g (GLUTEN, RYBA), Pieczona cukinia z ziołami 100g
Obiad	Zupa brokułowa 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba po grecku z warzywami 200g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa z sezamem 100g (SEZAM) Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z koperkiem 60g (MLEKO), śliwka 1 szt II: Rogal maślany 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Woda 1szt

Sobota, 11.10.2025(Dieta 1 podstawowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Lane kluski na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO, JAJA) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka wieśniowa 40g (GLUTEN, SOJA), papryka 100g
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Wątróbka drobiowa duszona 100g (GLUTEN), Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Surówka z pora, selera i jabłka 100g (JAJA, SELER, MLEKO), Buraczki z olejem rzepakowym 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Mix sałat z papryką, kalarepką i oliwą 100g II: Serek wiejski 150g (MLEKO), brzoskwinia 1 szt, Woda 1szt
Sobota, 11.10.2025(Dieta 2 łatwo strawna)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Lane kluski na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO, JAJA) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g (GLUTEN, SOJA), sałata 2 liście
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Indyk w sosie warzywnym 200g (GLUTEN, MLEKO), (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Buraczki z olejem rzepakowym 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z tofu 40g (MLEKO, SOJA), Mix sałat 10g II: Serek wiejski 150g (MLEKO), brzoskwinia bez skórki 1 szt, Woda 1szt
Sobota, 11.10.2025(Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Lane kluski na mleku 0.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO, JAJA) Baton 100g (GLUTEN), Szynka drobiowa 40g (GLUTEN, SOJA), sałata 2 liście
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Indyk w sosie warzywnym 200g (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Buraczki 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Pasta z białek 40g (MLEKO, SOJA), Mix sałat 10g II: Serek wiejski typu light 150g (MLEKO), brzoskwinia bez skóry 1 szt, Woda 1szt

Sobota, 11.10.2025(Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Lane kluski na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO, JAJA) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g (GLUTEN, SOJA), sałata 2 liście
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Indyk w sosie warzywnym 200g (GLUTEN, MLEKO) Ziemniaki 200g, Buraczki z olejem rzepakowym 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z tofu 40g (MLEKO, SOJA), Mix sałat 10g II: Serek wiejski 150g, brzoskwinia bez skóry 1 szt, Woda 1szt

Sobota, 11.10.2025(Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Szynka wiśniowa 40g (GLUTEN, SOJA), papryka 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), ser żółty 40g, Gruszka 1 szt
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Wątróbka drobiowa duszona 100g (GLUTEN), Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Surówka z pora, selera i jabłka 100g (JAJA, SELER, MLEKO), Buraczki z olejem rzepakowym 100g Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z tofu 40g (MLEKO, SOJA), Mix sałat z papryką, kalarepką i oliwą 100g II: Serek wiejski 150g (MLEKO), brzoskwinia 1 szt, Woda 1szt

Sobota, 11.10.2025(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 drobiowa 40g (GLUTEN, SOJA), sałata 2 liście II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Jajko 1/2 szt (JAJA), Jabłko 1 szt
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Indyk w sosie warzywnym 200g (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 200g, Buraczki z olejem rzepakowym 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z tofu 30g, Mix sałat 10g II: Sok warzywno- owocowy 1szt, Woda 1 szt

Sobota, 11.10.2025 (Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g (GLUTEN, SOJA), sałata 2 liście
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Indyk w sosie warzywnym 200g (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 200g, Buraczki z olejem rzepakowym 200g Kompot 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z tofu 30g (MLEKO, SOJA), Mix sałat 10g II: Sok warzywno- owocowy 1szt, Woda 1 szt
Sobota, 11.10.2025(Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Kluski lane, Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Marchew
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Kasza jęczmienna (GLUTEN), Wątróbka drobiowa duszona (GLUTEN), Ziemniaki, Buraczki, Olej rzepakowy, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Jabłko II: Sok warzywno- owocowy 1szt

Sobota, 11.10.2025(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), Marchew gotowana Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (JAJA), Pomidor
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Kasza jęczmienna (GLUTEN), Wątróbka drobiowa duszona (GLUTEN), Ziemniaki, Buraczki, Olej rzepakowy, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Jabłko II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Sobota, 11.10.2025(Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Kluski lane (GLUTEN, JAJA), Mleko 1.5% tł (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Marchew gotowana
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Kasza jęczmienna (GLUTEN), Wątróbka drobiowa duszona (GLUTEN), Ziemniaki, Buraczki, Olej rzepakowy, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Woda, Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Jabłko II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Sobota, 11.10.2025(Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Lane kluski na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO, JAJA) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka wieśniowa 40g (GLUTEN, SOJA), papryka 100g II: biszkopty 30g (GLUTEN, JAJA)
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Wątróbka drobiowa duszona 100g (GLUTEN), Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Surówka z pora, selera i jabłka 100g (JAJA, SELER, MLEKO), Buraczki z olejem rzepakowym 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Mix sałat z papryką, kalarepką i oliwą 100g II: Serek wiejski 150g (MLEKO), brzoskwinia 1 szt, Woda 1szt
Sobota, 11.10.2025(Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Lane kluski na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO, JAJA) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g (GLUTEN, SOJA), sałata 2 liście II: Wafle ryżowe 30g II: biszkopty 30g (GLUTEN, JAJA)
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Indyk w sosie warzywnym 200g (GLUTEN, MLEKO) Ziemniaki 200g, Buraczki z olejem rzepakowym 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z tofu 40g (MLEKO, SOJA), Mix sałat 10g II: Serek wiejski 150g (MLEKO), brzoskwinia bez skóry 1 szt, Woda 1szt

Sobota, 11.10.2025(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 wieśniowa 40g (GLUTEN, SOJA), papryka 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), ser żółty 40g, Gruszka 1 szt, migdały 30g (ORZECY)
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Wątróbka drobiowa duszona 100g (GLUTEN), Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Surówka z pora, selera i jabłka 100g (JAJA, SELER, MLEKO), Buraczki z olejem rzepakowym 100g Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z tofu 40g (MLEKO, SOJA), Mix sałat z papryką, kalarepką i oliwą 100g II: Serek wiejski 150g (MLEKO), brzoskwinia 1 szt, Woda 1szt
Niedziela, 12.10.2025(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), Jajecznica z koperkiem 70g (JAJA), Ogórek kiszony 100g
Obiad	Rosół z makaronem 300ml (SELER, JAJA, GLUTEN) Schab pieczony 100g, Sos pieczeniowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), kluski śląskie 200g (JAJA, GLUTEN), Czerwona kapusta 100g, Bukiet królewski z oliwą 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa 120g (MLEKO, SELER), sałata 2 liście II: bułka pszenna z dżemem (GLUTEN) woda 1szt
Niedziela, 12.10.2025(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), Jajecznica z koperkiem 70g (JAJA), sok warzywny 100% 1 szt
Obiad	Rosół z makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Schab duszony 100g, Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Bukiet królewski z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g (MLEKO, SELER) sałata 2 liście II: bułka pszenna z dżemem (GLUTEN) Woda 1szt
Niedziela, 12.10.2025(Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza manna na mleku 0,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Jajecznica z białek z koperkiem 70g (JAJA), sok warzywny 100% 1 szt
Obiad	Rosół z ryżem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Schab duszony 100g, Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Bukiet królewski 200g Kompot 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g (MLEKO, SELER) sałata 2 liście II: bułka pszenna z dżemem (GLUTEN) Woda 1szt
----------------	---

Niedziela, 12.10.2025(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), Jajecznica z koperkiem 70g (JAJA), sok warzywny 100% 1 szt
Obiad	Rosół z makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Schab duszony 100g, Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Bukiet królewski z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g (MLEKO, SELER) sałata 2 liście II: bułka pszenna z dżemem (GLUTEN) Woda 1szt

Niedziela, 12.10.2025 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)
--

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Jajecznica z koperkiem 70g (JAJA), Ogórek kiszony 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Pasztet Mistrza Jana 40g (GLUTEN), Pieczona cukinia z ziołami 100g
Obiad	Schab duszony 100g, Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Bukiet królewski z oliwą 100g, czerwona kapusta 100g Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa 120g (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER), sałata 2 liście II: Kiwi 1 szt, Wafle ryżowe 30g, Woda 1szt

Niedziela, 12.10.2025 (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), Jajecznica z koperkiem 40g (JAJA), sok warzywny 100% 1 szt II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Szynka gotowana 20g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) , Pomidor bez skóry 50g
Obiad	Jarski rosół z ryżem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Schab duszony 60g, Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN), Bukiet królewski z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g (MLEKO, SELER) sałata 2 liście II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt, Woda 1 szt

Niedziela, 12.10.2025(Dieta 10 niskobiałkowa)
--

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajecznicza z koperkiem 40g (JAJA), sok warzywny 100% 1 szt
Obiad	Jarski rosół z ryżem 300ml (SELER) Schab duszony 60g, Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN), Bukiet królewski z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g (MLEKO, SELER) sałata w liście II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt, Woda 1 szt

Niedziela, 12.10.2025 Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Kasza manna (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jaja (JAJA), Koperek, Pieczona cukinia
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Ryż, Mięso drobiowe, Ziemniaki, Bukiet królewski, Oliwa z oliwek, Śmietana (MLEKO),
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Marchew, Seler (SELER), Jajka (JAJA), Szynka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Jogurt naturalny (MLEKO) II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Niedziela, 12.10.2025 (Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jaja (JAJA), Koperek, Pieczona cukinia, Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka gotowana (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Pomidor
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Makaron (GLUTEN, JAJA), Mięso drobiowe, Ziemniaki, Bukiet królewski, Oliwa z oliwek, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Marchew, Seler (SELER), Jajka (JAJA), Szynka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Jogurt naturalny (MLEKO) II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Niedziela, 12.10.2025 (Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Kasza manna (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jaja (JAJA), Koperek, Pieczona cukinia,
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Makaron (GLUTEN, JAJA), Mięso drobiowe, Ziemniaki, Bukiet królewski, Oliwa z oliwek, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Makaron (GLUTEN, JAJA), Woda, Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Marchew, Seler (SELER), Jajka (JAJA), Szynka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Jogurt naturalny (MLEKO) II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Niedziela, 12.10.2025 (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), Jajecznicza z koperkiem 70g (JAJA), Ogórek kiszony 100g II: jogurt owocowy (MLEKO)
Obiad	Rosół z makaronem 300ml (SELER, JAJA, GLUTEN) Schab pieczony 100g, Sos pieczeniowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), kluski śląskie 200g (JAJA, GLUTEN), Czerwona kapusta 100g, Bukiet królewski z oliwą 100g Kompot 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa 120g (MLEKO, SELER), sałata 2 liście II: bułka pszenna z dżemem (GLUTEN) Woda 1szt
----------------	--

Niedziela, 12.10.2025 (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), Jajecznica z koperkiem 70g (JAJA), sok warzywny 100% 1 szt II: jogurt owocowy (MLEKO)
Obiad	Rosół z makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Schab duszony 100g, Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Bukiet królewski z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g (MLEKO, SELER) sałata 2 liście II: bułka pszenna z dżemem (GLUTEN) Woda 1szt

Niedziela, 12.10.2025 (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), JJajecznica z koperkiem 70g (JAJA), Ogórek kiszony 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Pasztet Mistrza Jana 40g (GLUTEN), Pieczona cukinia z ziołami 100g, joghurt naturalny (MLEKO)
Obiad	Schab duszony 100g, Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Bukiet królewski z oliwą 100g, czerwona kapusta 100g Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa 120g (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER), sałata 2 liście II: Kiwi 1 szt, Wafle ryżowe 30g, Woda 1szt

Poniedziałek, 13.10.2025(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), twaróg 70g (MLEKO), rzodkiewka 100g
Obiad	Zupa grysikowa 300ml (SELER, JAJA, GLUTEN) Łazanki 300g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), pomarańcza ½ szt Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 60g (SELER), pomidor 100g II: kisiel owocowy 150g (GLUTEN), kiwi 1 szt, Woda 1szt

Poniedziałek, 13.10.2025(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), twaróg 70g (MLEKO), mix salat 10g
------------------	--

Obiad	Zupa grysikowa 300ml (SELER, JAJA, GLUTEN) makaron z serem i szpinakiem 300g (MLEKO, GLUTEN), jabłko bez skórki 1 szt Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 60g (SELER), pomidor bez skórki 100g II: kisiel owocowy 150g (GLUTEN), banan 1 szt, Woda 1szt
Poniedziałek, 13.10.2025 (Dieta 3 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), twaróg chudy 70g (MLEKO), mix salat 10g
Obiad	Zupa grysikowa 300ml (SELER, JAJA, GLUTEN) makaron z serem i szpinakiem 300g (MLEKO, GLUTEN), jabłko bez skórki 1 szt Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 60g (SELER), pomidor bez skórki 100g II: kisiel owocowy 150g (GLUTEN), banan 1 szt, Woda 1szt

Poniedziałek, 13.10.2025(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), twaróg 70g (MLEKO), mix salat 10g
Obiad	Zupa grysikowa 300ml (SELER, JAJA, GLUTEN) makaron z serem i szpinakiem 300g (MLEKO, GLUTEN), jabłko bez skórki 1 szt Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 60g (SELER), pomidor bez skórki 100g II: kisiel owocowy 150g (GLUTEN), banan 1 szt, Woda 1szt
Poniedziałek, 13.10.2025 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Graham 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 70g (MLEKO), rzodkiewka 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), hummus 30g, mix salat 10g
Obiad	Zupa grysikowa 300ml (SELER, JAJA, GLUTEN) Łazanki 300g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), pomarańcza ½ szt Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 60g (SELER), pomidor 100g II: kisiel owocowy 150g (GLUTEN), orzechy 30g (ORZECY) Woda 1szt
Poniedziałek, 13.10.2025 (Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Graham 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 40g (MLEKO), banan 1 szt II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), jajko 1½ szt (JAJA), mix salat 10g
Obiad	makaron pełnoziarnisty z serem i szpinakiem 300g (MLEKO, GLUTEN), jabłko bez skórki 1 szt Kompot 200ml Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER), pomidor 100g II: kisiel owocowy 150g (GLUTEN), orzechy 30g (ORZECY) Woda 1szt
Poniedziałek, 13.10.2025 (Dieta 10 niskobiałkowa)	
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), twaróg 40g (MLEKO), mix salat 10g
Obiad	Zupa grysikowa 300ml (SELER, JAJA, GLUTEN) makaron z serem i szpinakiem 250g (MLEKO, GLUTEN), jabłko bez skórki 1 szt Kompot 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER), pomidor bez skórki 100g II: kisiel owocowy 150g (GLUTEN), banan 1 szt, Woda 1szt
----------------	---

Poniedziałek, 13.10.2025 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)

Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Płatki owsiane, Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Pomidor
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ziemniaki, Seler (SELER), Włoszczyzna (SELER), Mięso drobiowe, Bukiet królewski, Olej rzepakowy, Śmietana (MLEKO), Mąka pszenna (GLUTEN)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Pieczona cukinia z ziołami II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt

Poniedziałek, 13.10.2025 (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, MLEKO, SOJA), Włoszczyzna gotowana (SELER)
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ziemniaki, Seler (SELER), Włoszczyzna (SELER), Mięso drobiowe, Bukiet królewski, Olej rzepakowy, Śmietana (MLEKO), Mąka pszenna (GLUTEN)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Pieczona cukinia z ziołami II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt

Poniedziałek, 13.10.2025 (Dieta 14 płynna wzmocniona)

Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Płatki owsiane (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Pomidor
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Ziemniaki, Seler (SELER), Włoszczyzna (SELER), Mięso drobiowe, Bukiet królewski, Olej rzepakowy, Śmietana (MLEKO), Mąka pszenna (GLUTEN)
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Pieczona cukinia z ziołami II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt

Poniedziałek, 13.10.2025 (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), twaróg 70g (MLEKO), rzodkiewka 100g II: migdały 30g (ORZECY)
------------------	--

Obiad	Zupa grysikowa 300ml (SELER, JAJA, GLUTEN) makaron z serem i szpinakiem (MLEKO, GLUTEN), pomarańcza ½ szt Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 60g (SELER), pomidor 100g II: kisiel owocowy 150g (GLUTEN), kiwi 1 szt, Woda 1szt

Poniedziałek, 13.10.2025 (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), twaróg 70g (MLEKO), mix salat 10g II: kefir owocowy 1 szt (MLEKO)
Obiad	Zupa grysikowa 300ml (SELER, JAJA, GLUTEN) makaron z serem i szpinakiem (MLEKO, GLUTEN), jabłko bez skórki 1 szt Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 60g (SELER), pomidor bez skórki 100g II: kisiel owocowy 150g (GLUTEN), banan 1 szt, Woda 1szt
Poniedziałek, 13.10.2025 (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 15g (MLEKO), twaróg 70g (MLEKO), rzodkiewka 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), hummus 30g, mix salat 10g, I: kefir 1 szt (MLEKO)
Obiad	Zupa grysikowa 300ml (SELER, JAJA, GLUTEN) Łazanki 300g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), pomarańcza ½ szt Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 60g (SELER), pomidor 100g II: kisiel owocowy 150g (GLUTEN), orzechy 30g (ORZECY) Woda 1szt

WTOREK 07.10.2025 r.												
DZIEŃ	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWOD ANY OGÓ- ŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZ- OWE NASY- CONE [G]	SACHAROZ A [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK PO- KARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
1	2185,74	82,45	83,22	291,15	2190,22	30,75	45,31	20,89	29,51	5,98	24,14	20,47
2	1950,22	71,44	69,83	245,69	2140,45	25,96	32,57	18,26	24,28	4,35	21,83	19,43
3	2195,30	64,59	57,22	238,84	1205,86	15,31	28,14	16,41	22,65	4,51	18,07	19,59
4	1982,89	73,13	76,57	255,29	1410,98	27,80	36,24	17,66	23,01	4,35	22,51	19,80
6	1854,31	68,20	58,15	197,41	1890,91	18,92	32,15	12,47	22,33	6,02	18,28	16,90
6/10/S	1984,58	49,10	52,31	168,75	2220,42	16,25	28,48	14,22	20,55	5,05	17,11	14,85
10	2188,60	52,75	62,31	201,10	2120,73	19,45	32,82	13,79	21,80	5,33	21,99	17,41
C1	2218,05	81,60	80,74	259,14	1331,81	25,25	37,20	15,11	27,95	5,98	27,69	23,33
C2	2436,94	87,37	106,16	274,29	1068,23	29,87	43,23	15,83	25,70	4,36	30,92	26,17
C3	2307,65	91,71	100,18	224,42	1852,50	25,68	27,19	13,77	27,41	6,03	19,38	19,91

ŚRODA 08.10.2025 r.												
DZIEŃ	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWOD ANY OGÓ- ŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZ- OWE NASY- CONE [G]	SACHAROZ A [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK PO- KARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
1	2638,50	112,28	99,28	327,26	1053,00	42,56	27,27	17,55	24,61	4,63	14,10	14,45
2	2280,24	73,00	83,00	270,00	1000,00	33,05	27,32	19,77	16,53	4,30	13,50	15,53
3	2277,67	59,47	86,17	320,14	2052,30	36,07	42,68	21,57	17,25	3,92	23,84	26,95
4	2310,20	65,10	78,45	305,80	2480,11	33,10	45,11	18,00	21,59	4,20	22,00	25,37
6	2054,35	82,15	95,10	178,55	2140,76	45,25	23,47	18,75	24,32	4,35	16,92	17,61
6/10/S	1987,42	53,28	82,53	187,85	1985,00	20,92	19,74	12,85	22,18	3,96	16,20	14,54
10	2143,12	48,39	98,45	255,75	1895,87	24,57	23,60	15,19	20,25	3,76	14,85	13,51
C1	2742,60	118,43	101,75	336,74	1825,00	44,29	30,15	19,82	26,11	4,88	16,47	15,78
C2	2505,89	83,25	92,40	298,32	1270,00	39,55	33,22	17,90	23,84	4,43	19,12	18,50
C3	1973,15	85,61	83,65	206,35	1065,00	41,85	21,73	8,65	24,77	4,35	19,57	19,54

CZWARTEK 09.10.2025 r.												
DZIEŃ	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWOD ANY OGÓ- ŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZ- OWE NASY- CONE [G]	SACHAROZ A [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK PO- KARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
1	2722,54	89,41	99,96	368,20	2070,11	46,72	49,42	16,20	31,25	4,56	16,60	15,70
2	2614,48	84,53	93,77	360,39	1775,92	39,88	52,38	14,28	26,74	3,99	15,78	14,56
3	2450,39	76,85	65,20	358,75	1425,91	23,45	54,55	12,12	26,21	4,56	15,93	14,85
4	2540,75	84,12	88,25	362,51	1550,67	31,56	54,21	16,57	26,86	4,88	16,34	15,56
6	2305,46	80,25	85,11	195,85	2100,22	34,91	35,29	14,53	26,35	4,75	12,85	12,14
6/10/S	1895,21	46,76	62,18	210,35	1450,34	21,45	37,85	8,91	24,70	4,13	11,22	12,58
10	2050,78	52,33	70,45	264,12	1600,45	26,87	40,79	10,29	22,90	3,50	13,55	12,41
C1	2815,83	92,45	110,69	385,25	2280,11	50,20	49,75	18,92	33,45	4,72	18,41	17,60
C2	2780,00	88,91	107,83	382,56	2280,68	47,91	52,60	19,26	30,18	4,55	17,97	18,47
C3	2635,33	92,79	106,51	324,98	1220,98	42,15	45,91	17,66	32,42	4,56	15,76	17,90

PIĄTEK 10.10.2025 r.												
DZIEŃ	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWOD ANY OGÓ- ŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZ- OWE NASY- CONE [G]	SACHAROZ A [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK PO- KARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
1	2485,73	92,14	97,82	302,45	1485,68	32,77	23,2520	18,42	27,88	4,71	14,29	15,68
2	2597,01	69,35	124,70	293,50	2096,08	63,03	31,9400	38,55	23,14	2,26	43,51	45,00
3	1895,66	68,37	70,46	244,08	1658,00	28,87	38,0450	21,34	20,76	3,22	40,56	40,56
4	1962,54	71,68	74,84	253,47	1721,04	29,50	34,1550	23,66	21,88	3,34	42,38	41,92
6	2527,07	75,59	98,93	227,30	2248,00	39,35	36,4850	16,21	38,80	4,31	17,51	19,96
6/10/S	2054,25	67,78	65,68	298,62	1124,25	27,75	41,4160	6,51	32,22	4,20	25,62	33,35
10	2115,84	58,32	63,50	178,69	1601,07	27,89	41,4160	3,89	22,76	4,06	24,36	21,06
C1	2112,76	89,51	89,22	221,10	2023,76	37,91	41,4160	10,62	31,21	5,08	28,99	26,78
C2	2250,55	74,88	98,38	261,57	2150,45	39,24	21,8420	15,13	25,10	5,38	34,21	45,51
C3	1980,05	68,20	85,51	189,79	2010,82	33,85	31,6900	8,90	28,46	4,98	24,55	29,17

SOBOTA 11.10.2025 r.												
DZIEŃ	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWOD ANY OGÓ- ŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZ- OWE NASY- CONE [G]	SACHAROZ A [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK PO- KARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
1	1872,77	80,47	83,32	196,40	1214,55	38,05	21,9260	10,90	28,58	4,84	7,85	10,55
2	1972,41	79,60	90,48	207,45	1242,00	36,75	21,2410	10,62	18,60	4,30	8,10	10,14
3	2122,45	85,59	72,42	270,22	1195,00	27,07	32,1560	10,32	17,73	4,55	9,00	11,00
4	2402,38	84,61	107,48	271,48	1142,43	43,75	31,4960	11,11	18,60	4,80	9,19	11,18
6	2183,00	97,78	88,30	240,99	1490,22	37,46	32,1160	9,23	32,60	4,63	12,72	15,85
6/10/S	1902,45	83,59	57,12	253,91	1274,11	22,71	31,4060	4,95	24,21	4,37	12,65	16,56
10	2087,41	71,70	87,59	249,45	1237,89	34,49	31,1460	6,19	15,70	3,87	17,00	17,26
C1	1927,56	82,62	82,88	203,44	1668,00	40,77	31,4060	11,51	28,83	4,86	17,34	17,61
C2	1873,66	78,81	73,55	223,12	1050,76	31,22	19,2850	9,20	19,93	4,58	20,81	20,86
C3	2270,71	92,78	90,54	250,51	1180,01	35,89	21,0160	6,66	31,49	4,77	18,45	22,33

NIEDZIELA 12.10.2025 r.												
DZIEŃ	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWOD ANY OGÓ- ŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZ- OWE NASY- CONE [G]	SACHAROZ A [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK PO- KARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
1	1881,45	64,70	78,21	223,00	2120,33	26,25	23,8000	3,55	23,77	5,05	4,50	4,61
2	2040,76	67,11	86,86	229,33	1955,12	16,59	28,0150	3,50	19,22	2,83	7,00	7,45
3	2235,04	76,64	82,69	275,69	2255,76	35,31	13,6910	5,98	18,59	4,64	26,23	26,98
4	2347,52	77,36	88,20	292,21	2340,89	38,56	14,0010	19,30	19,21	4,85	27,19	27,11
6	1939,59	68,75	81,10	231,55	1749,00	29,55	13,6910	5,15	30,39	4,46	11,33	10,56
6/10/S	2006,24	49,75	53,77	234,16	1728,78	19,49	28,5550	3,69	25,54	4,78	13,38	13,32
10	2092,89	47,38	61,51	241,79	2560,83	20,50	27,7810	4,24	24,89	4,64	14,42	13,99
C1	2386,33	80,71	85,45	315,51	2235,11	32,50	28,5550	15,20	31,55	5,09	15,51	15,50
C2	2935,56	83,08	121,55	374,22	2181,59	53,11	25,1725	25,21	23,47	4,69	38,84	39,24
C3	2038,80	82,15	84,55	238,30	2215,28	33,55	30,5250	10,15	31,75	4,57	10,85	10,85

PONIEDZIAŁEK 13.10.2025 r.												
DZIEŃ	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWOD ANY OGÓ- ŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZ- OWE NASY- CONE [G]	SACHAROZ A [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK PO- KARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
1	2230,34	95,22	41,31	208,21	2342,34	21,16	32,7430	18,40	26,60	4,90	16,20	23,37
2	2170,00	88,31	64,53	245,65	2100,00	23,50	19,6460	16,84	20,84	4,25	12,44	15,54
3	2180,79	70,21	60,36	346,85	2188,11	6,53	11,8810	13,75	18,14	4,47	26,19	31,88
4	1815,11	56,49	68,95	235,90	1300,29	25,22	15,0510	1,50	20,00	3,25	8,02	7,52
6	1996,42	78,52	69,84	221,11	2326,53	28,39	11,7810	8,41	26,89	5,22	14,67	17,98
6/10/S	2105,67	74,60	64,20	245,25	1592,11	23,88	33,7520	5,15	21,90	3,98	12,56	16,36
10	2073,45	44,25	71,99	264,30	1587,48	25,62	33,9520	6,76	19,43	4,00	14,97	17,17
C1	2276,12	65,05	67,90	223,75	2300,27	23,46	33,7520	15,70	27,51	4,94	21,32	18,97
C2	1895,00	62,80	74,14	246,40	2250,91	26,59	24,9655	18,60	21,52	4,63	26,26	22,76
C3	2123,56	80,12	78,45	204,85	2405,30	29,70	27,6160	12,55	28,80	4,51	18,40	20,20

Alergeny:

GLUTEN-ziarna zbóż zawierające gluten,
 JAJA-jaja i produkty pochodne, RY-
 BY-ryby i produkty pochodne, SOJA-
 soja i produkty pochodne,
 MLEKO-mleko i produkty pochodne,
 ORZECY- orzechy,
 SELER-seler i produkty pochodne, GORCZY-
 CA- gorczyca i produkty pochodne, SEZAM-
 nasiona sezamu i produkty pochodne

Jadłospis może ulec zmianie. Przepraszamy.