

Piątek, 20.02.2026(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), Pasta z jaj 60g (JAJA, MLEKO), Ogórek zielony 50g
Obiad	Zupa krem z białych warzyw 300ml (GLUTEN, SELER, MLEKO) Ryba po grecku z warzywami 120g (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 gruszką i cynamonem 60g (MLEKO) II: Śliwka 1 szt
Piątek, 20.02.2026(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), Pasta z jaj na jogurcie 60g (JAJA, MLEKO), pomidor bez skórki 1 szt
Obiad	Zupa krem z białych warzyw 300ml (GLUTEN, SELER, MLEKO) Ryba po grecku z warzywami 120g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z gruszką bez skórki i cynamonem 60g (MLEKO), Pomidor bez skóry 50g II: Jabłko bez skórki 1 szt
Piątek, 20.02.2026(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), Pasta z białek na jogurcie 60g (JAJA, MLEKO), Pomidor bez skóry 50g
Obiad	Zupa krem z białych warzyw 300ml (GLUTEN, SELER, MLEKO) Ryba po grecku z warzywami 120g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Serek kanapkowy z gruszką bez skórki i cynamonem 60g (MLEKO), II: Jabłko bez skórki 1 szt
Piątek, 20.02.2026(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), Pasta z jaj na jogurcie 60g (JAJA, MLEKO), Pomidor bez skóry 50g
Obiad	Zupa krem z białych warzyw 300ml (GLUTEN, SELER, MLEKO) Ryba po grecku z warzywami 120g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa 100g Kompot 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z gruszką bez skórki i cynamonem 60 g (MLEKO), II: Jabłko bez skórki 1 szt
Piątek, 20.02.2026(Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z jaj 60g (JAJA, MLEKO), Ogórek zielony 50 g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), pasta z fasoli 50g (GLUTEN, RYBA), Pieczona cukinia z ziołami 30g
Obiad	Zupa krem z białych warzyw 300ml (GLUTEN, SELER, MLEKO) Ryba po grecku z warzywami 120g (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 gruszką i cynamonem 60g (MLEKO) II: Jabłko 1 szt
Piątek, 20.02.2026(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), Pasta z jaj na jogurcie 50g (JAJA, MLEKO), Pieczona cukinia z ziołami 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Dżem 40 g, Jabłko bez skóry 1 szt
Obiad	Zupa krem z białych warzyw 300ml (GLUTEN, SELER, MLEKO) Ryba po grecku z warzywami 120g (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 gruszką i cynamonem 60 g (MLEKO) II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Piątek, 20.02.2026(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 50g
Obiad	Zupa krem z białych warzyw 300ml (GLUTEN, SELER, MLEKO) Ryba po grecku z warzywami 120g (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 gruszką bez skórki i cynamonem 60 g (MLEKO) II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Piątek, 20.02.2026(Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Kasza kukurydziana, 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), Gruszka bez skórki II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Piątek, 20.02.2026(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), 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), Gruszka bez skórki II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Piątek, 20.02.2026(Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Kasza kukurydziana, 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), Gruszka bez skórki II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt (MLEKO)
Piątek, 20.02.2026(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), Pasta z jaj 60g (JAJA, MLEKO), Ogórek zielony 50g II: gruszka 1 szt
Obiad	Zupa krem z białych warzyw 300ml (GLUTEN, SELER, MLEKO) Ryba po grecku z warzywami 120g (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 gruszką i cynamonem 60g (MLEKO) II: Śliwka 1 szt
Piątek, 20.02.2026(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), Pasta z jaj na jogurcie 60g (JAJA, MLEKO), Pieczona cukinia z ziołami 100g II: Banan 1 szt
Obiad	Zupa krem z białych warzyw 300ml (GLUTEN, SELER, MLEKO) Ryba po grecku z warzywami 120g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z gruszką bez skórki i cynamonem 60g (MLEKO) II: Jabłko 1 szt
Piątek, 20.02.2026(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 z jaj 60g (JAJA, MLEKO), Ogórek zielony 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), pasta z fasoli 50g (GLUTEN, RYBA), Pieczona cukinia z ziołami 30g
Obiad	Zupa krem z białych warzyw 300ml (GLUTEN, SELER, MLEKO) Ryba po grecku z warzywami 120g (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 gruszką i cynamonem 60g (MLEKO) II: Jabłko 1 szt

Sobota, 21.02.2026(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), Szynka wieśniowa 40g (GLUTEN, SOJA), papryka 50g
Obiad	Zupa kapuśniak z ziemniakami 300ml (SELER) Risotto z brązowego ryżu z duszonym mięsem i warzywami 300g (GLUTEN, SELER), Sos koperkowy 80ml (MLEKO), Surówka z marchewki z oliwą 40g, 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 50g II: Galaretki 150g
Sobota, 21.02.2026 (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), Szynka drobiowa 40g (GLUTEN, SOJA), sałata 2 liście
Obiad	Zupa grysikowa 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Risotto z białego ryżu z duszonym mięsem i warzywami 300g (GLUTEN, SELER), Sos koperkowy 80ml (MLEKO), Surówka z marchewki z oliwą 40g, Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z tofu 40g (MLEKO, SOJA), brzoskwinia bez skórki 1 szt II: Galaretki 150g
Sobota, 21.02.2026 (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), Szynka drobiowa 40g (GLUTEN, SOJA), sałata 2 liście
Obiad	Zupa grysikowa 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Risotto z białego ryżu z duszonym mięsem i warzywami 300g (GLUTEN, SELER), Sos koperkowy 80 ml (MLEKO), Surówka z marchewki z oliwą 40g, Kompot 200ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), dżem 50g, Brzoskwinia bez skórki 1 szt II: Galaretki 150g

Sobota, 21.02.2026(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, JAJA) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g (GLUTEN, SOJA), sałata 2 liście
Obiad	Zupa grysikowa 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Risotto z białego ryżu z duszonym mięsem i warzywami 300g (GLUTEN, SELER), Sos koperkowy 80ml (MLEKO), Surówka z marchewki z oliwą 40g, Kompot 200ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z tofu 40g (MLEKO, SOJA), brzoskwinia bez skórki 1 szt II: Galaretka 150g

Sobota, 21.02.2026(Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Szynka wiśniowa 40g (GLUTEN, SOJA), papryka 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), ser żółty 20g, Gruszka 1 szt
Obiad	Zupa grysikowa 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Risotto z brązowego ryżu z duszonym mięsem i warzywami 300g (GLUTEN, SELER), Sos koperkowy 80ml (MLEKO), Surówka z marchewki z oliwą 40g, Kompot 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 50g II: galaretka bez cukru 150g
Sobota, 21.02.2026(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 drobiowa 40g (GLUTEN, SOJA), sałata 2 liście II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Jajko 1/2 szt (JAJA), Jabłko 1 szt
Obiad	Zupa grysikowa 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Risotto z białego ryżu z warzywami 300g (GLUTEN, SELER), Sos koperkowy 80ml (MLEKO), Surówka z marchewki z oliwą 40g, Kompot 200ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z tofu 40g, Brzoskwinia bez skórki 1 szt II: Galaretka bez cukru 150g
Sobota, 21.02.2026 (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 grysikowa 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Risotto z białego ryżu z warzywami 300g (GLUTEN, SELER), Sos koperkowy 80ml (MLEKO), Surówka z marchewki z oliwą 40g, Kompot 200ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z tofu 40g (MLEKO, SOJA), Brzoskwinia 1 szt II: Galaretka 150g
Sobota, 21.02.2026(Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Płatki jęczmienne, Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Marchew
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Koncentrat pomidorowy, Ryż biały, Mięso wieprzowe, Włoszczyzna (SELER), Śmietana (MLEKO), Marchew, Oliwa z oliwek,
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Jabłko II: Sok warzywno- owocowy 1szt

Sobota, 21.02.2026 (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), Marchew gotowana Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (JAJA), Pomidor
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Koncentrat pomidorowy, Ryż brązowy, Mięso wieprzowe, Włoszczyzna (SELER), Śmietana (MLEKO), Marchew, Oliwa z oliwek,
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Jabłko II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Sobota, 21.02.2026 (Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Płatki jęczmienne (GLUTEN, JAJA), Mleko 1.5% tł (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Marchew gotowana
Obiad	Koktajl obiadowa 400ml: Bulion, Ziemniaki, Koncentrat pomidorowy, Ryż biały, Mięso wieprzowe, Włoszczyzna (SELER), Śmietana (MLEKO), Marchew, Oliwa z oliwek,
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Woda, Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Jabłko II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Sobota, 21.02.2026(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, JAJA) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka wieśniowa 40g (GLUTEN, SOJA), papryka 50 g II: biszkopty 30g (GLUTEN, JAJA)
Obiad	Zupa kapuśniak z ziemniakami 300ml (SELER) Risotto z brązowego ryżu z duszonym mięsem i warzywami 300g (GLUTEN, SELER), Sos koperkowy 80ml (MLEKO), Surówka z marchewki z oliwą 40g, 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 50g II: Galaretka 150g
Sobota, 21.02.2026(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, JAJA) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g (GLUTEN, SOJA), sałata 2 liście II: biszkopty 30g (GLUTEN, JAJA)
Obiad	Zupa grysikowa 300ml (GLUTEN,JAJA, SELER) Risotto z białego ryżu z duszonym mięsem i warzywami 300g (GLUTEN, SELER), Sos koperkowy 80ml (MLEKO), Surówka z marchewki z oliwą 40g, Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z tofu 40g (MLEKO, SOJA), Brzoskwinia bez skórki 1 szt II: Galaretka 150g
Sobota, 21.02.2026(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 wieśniowa 40g (GLUTEN, SOJA), papryka 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), ser żółty 20g, Gruszka 1 szt

Obiad	Zupa grysikowa 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Risotto z brązowego ryżu z duszonym mięsem i warzywami 300g (GLUTEN, SELER), Sos koperkowy 80ml (MLEKO), Surówka z marchewki z oliwą 40g, Kompot 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 50g II: galaretką bez cukru 150g
Niedziela, 22.02.2026 (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), Jajecznica z koperkiem 70g (JAJA), Ogórek kiszony 50g
Obiad	Rosół z lanymi kluskami 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Kotlet schabowy panierowany 80g (GLUTEN, JAJA), Ziemniaki 200g, Surówka z białej kapusty 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: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO)
Niedziela, 22.02.2026 (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), Jajecznica z koperkiem 70g (JAJA), sok warzywny 100% 1 szt
Obiad	Rosół z lanymi kluskami 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Sztuka mięsa gotowana 80g, Sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Bukiet królewski z oliwą 100g, Kompot 200ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g (MLEKO, SELER) sałata 2 liście II: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO)
Niedziela, 22.02.2026 (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, SELER) Sztuka mięsa gotowana 80g, Sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Bukiet królewski z oliwą 100g, Kompot 200ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g (MLEKO, SELER) sałata 2 liście II: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO)
Niedziela, 22.02.2026 (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), Jajecznica z koperkiem 70g (JAJA), sok warzywny 100% 1 szt
Obiad	Rosół z lanymi kluskami 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Sztuka mięsa gotowana 80g, Sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Bukiet królewski z oliwą 100g, Kompot 200ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g (MLEKO, SELER) sałata 2 liście II: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO)
Niedziela, 22.02.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Jajecznica z koperkiem 70g (JAJA), Ogórek kiszony 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Paszтет 40g (GLUTEN), Pieczona cukinia z ziołami 100g
Obiad	Rosół z lanymi kluskami 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Sztuka mięsa gotowana 80g, Sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Surówka z białej kapusty 100g Kompot 200ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa 120g (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER), sałata 2 liście II: Jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)
Niedziela, 22.02.2026 (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), Jajecznica z koperkiem 70g (JAJA), sok warzywny 100% 1 szt II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Szynka gotowana 20g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) , Pomidor bez skóry 20g
Obiad	Jarski rosół z ryżem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Sztuka mięsa gotowana 80g, Sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza jęczmienna 100g (GLUTEN), Bukiet królewski z oliwą 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g (MLEKO, SELER) sałata 2 liście II: Jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)
Niedziela, 22.02.2026(Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajecznica z koperkiem 70g (JAJA), sok warzywny 100% 1 szt
Obiad	Jarski rosół z ryżem 300ml (SELER) Sztuka mięsa gotowana 80g, Sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza jęczmienna 100g (GLUTEN), Bukiet królewski z oliwą 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g (MLEKO, SELER) sałata 2 liście II: Jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)

Niedziela, 22.02.2026 (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), Kasza jęczmienna (GLUTEN), 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, 22.02.2026 (Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), 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), Kasza jęczmienna (GLUTEN), 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, 22.02.2026 (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), Kasza jęczmienna (GLUTEN), 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, 22.02.2026 (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), Jajecznica z koperkiem 70g (JAJA), Ogórek kiszony 50g II: M a n d a r y n k a 1 s z t
Obiad	Rosół z lanymi kluskami 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Kotlet schabowy panierowany 80g (GLUTEN, JAJA), Ziemniaki 200g, Surówka z białej kapusty 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: jogurt owocowy 1 szt (MLEKO)
Niedziela, 22.02.2026 (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), Jajecznica z koperkiem 70g (JAJA), sok warzywny 100% 1 szt II: Wafle ryżowe 2 szt

Obiad	Rosół z lanymi kluskami 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Sztuka mięsa gotowana 80g, Sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Bukiet królewski z oliwą 100g, Kompot 200ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g (MLEKO, SELER) sałata 2 liście II: jogurt owocowy 1 szt (MLEKO)
Niedziela, 22.02.2026 (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 z koperkiem 70g (JAJA), Ogórek kiszony 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Pasztet 40g (GLUTEN), Pieczona cukinia z ziołami 30g
Obiad	Rosół z lanymi kluskami 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Sztuka mięsa gotowana 80g, Sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Surówka z białej kapusty 100g Kompot 200ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa 120g (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER), sałata 2 liście II: Jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)
Poniedziałek, 23.02.2026 (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), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), rzodkiewka 50g
Obiad	Zupa żurek z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, JAJA,) 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), pasta z sera żółtego i papryki 40g (SELER), Roszponka 5g II: kisiel owocowy 150g (GLUTEN)
Poniedziałek, 23.02.2026 (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 z koperkiem 70g (MLEKO), Rukola 10g
Obiad	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pierogi ruskie 250g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), jogurt 80g (MLEKO), Surówka z marchewki i selera z oliwą 100g (SELER) Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER), pomidor bez skórki 50g II: kisiel owocowy 150g (GLUTEN)
Poniedziałek, 23.02.2026 (Dieta 3 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 chudy z koperkiem 70g (MLEKO), Rukola 10g
Obiad	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 300ml (GLUTEN,MLEKO,SELER) Pierogi ruskie 250g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), jogurt 80g (MLEKO), Surówka z marchewki i selera z oliwą 100g (SELER) Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER), pomidor bez skórki 50g II: kisiel owocowy 150g (GLUTEN)
Poniedziałek, 23.02.2026 (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 z koperkiem 70g (MLEKO), Rukola 10g
Obiad	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 300ml (GLUTEN,MLEKO,SELER) Pierogi ruskie 250g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), jogurt 80g (MLEKO), Surówka z marchewki i selera z oliwą 100g (SELER) Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER), pomidor bez skórki 50g II: kisiel owocowy 150g (GLUTEN)
Poniedziałek, 23.02.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Graham 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 40g (MLEKO), rzodkiewka 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), hummus 30g, rukola 10g
Obiad	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 300ml (GLUTEN,MLEKO,SELER), 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 40g (SELER), pomidor 50g II: kisiel owocowy bez cukru 150g (GLUTEN)
Poniedziałek, 23.02.2026 (Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Graham 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 40g (MLEKO), banan 1 szt II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), jajko 1½ szt (JAJA), rukola 10g
Obiad	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 300ml (GLUTEN,MLEKO,SELER), Pierogi ruskie 250g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), jogurt 80g (MLEKO), Surówka z marchewki i selera z oliwą 100g (SELER) Kompot bez cukru 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER), pomidor 50g II: kisiel owocowy bez cukru 150g (GLUTEN)
Poniedziałek, 23.02.2026(Dieta 10 niskobiałkowa)	
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 z koperkiem 70g (MLEKO), rukola 10g
Obiad	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 300ml (GLUTEN,MLEKO,SELER), Pierogi ruskie 250g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), jogurt 80g (MLEKO), Surówka z marchewki i selera z oliwą 100g (SELER) Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER), pomidor bez skórki 50g II: kisiel owocowy 150g (GLUTEN)
Poniedziałek, 23.02.2026 (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, Kasza kukurydziana, Seler (SELER), Włoszczyzna (SELER), Pierogi ruskie (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Jogurt (MLEKO), Marchew gotowana, oliwa z oliwek
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Pieczona cukinia z ziołami II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Poniedziałek, 23.02.2026 (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), jajko (JAJA), Włoszczyzna gotowana (SELER)
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Kasza kukurydziana, Seler (SELER), Włoszczyzna (SELER), Pierogi ruskie (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Jogurt (MLEKO), Marchew gotowana, oliwa z oliwek
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Pieczona cukinia z ziołami II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Poniedziałek, 23.02.2026 (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, Kasza kukurydziana, Seler (SELER), Włoszczyzna (SELER), Pierogi ruskie (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Jogurt (MLEKO), Marchew gotowana, oliwa z oliwek

Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Pieczona cukinia z ziołami II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
----------------	--

Poniedziałek, 23.02.2026 (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), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), rzodkiewka 50 g II: Kiwi 1 szt
------------------	---

Obiad	Zupa żurek z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, JAJA,) 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 40g (SELER), pomidor 50g II: kisiel owocowy 150g (GLUTEN)
----------------	---

Poniedziałek, 23.02.2026 (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 z koperkiem 70g (MLEKO), rukola 10g II: Brzoskwinia 1 szt
------------------	---

Obiad	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pierogi ruskie 250g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), jogurt 80g (MLEKO), Surówka z marchewki i selera z oliwą 100g (SELER) Kompot 200ml
--------------	--

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER), pomidor bez skórki 50g II: kisiel owocowy 150g (GLUTEN)
----------------	--

Poniedziałek, 23.02.2026 (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 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), rzodkiewka 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), hummus 30g, r u k o l a 10g,
------------------	---

Obiad	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), 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 40g (SELER), pomidor 50g II: kisiel owocowy bez cukru 150g (GLUTEN)
----------------	---

Wtorek, 24.02.2026 (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), pasta warzywna z wędliną 70g (SELER) , papryka 40g.
Obiad	Zupa brokułowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Fasolka po bretońsku 250g (GLUTEN, MLEKO, SELER), pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), śliwka 1 szt, Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta rybna z majonezem i szczypiorkiem 60g (RYBY), sałata 2 liście II: Bułka pszenna z twarogiem i dżemem 1 szt (GLUTEN, MLEKO)
Wtorek, 24.02.2026 (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 warzywna z wędliną 70g (SELER), roszponka 10g
Obiad	Zupa brokułowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN,MLEKO), Ryż biały 150g, cukinia pieczona z ziołami 40g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta rybna na jogurcie 60g (RYBY), sałata 2 liście II: bułka pszenna z masłem twarogiem i dżemem 1 szt (GLUTEN, MLEKO)
Wtorek, 24.02.2026 (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 warzywna z wędliną 70g (SELER), roszponka 10g
Obiad	Zupa brokułowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN,MLEKO), Ryż biały 150g, cukinia pieczona z ziołami 40g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN) pasta rybna na jogurcie 60g (RYBY), sałata 2 liście II: bułka pszenna z dżemem 1 szt (GLUTEN)

Wtorek, 24.02.2026 (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) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pasta warzywna z wędliną 70g (SELER), roszponka 10g
Obiad	Zupa brokułowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN,MLEKO), Ryż biały 150g, cukinia pieczona z ziołami 40g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta rybna na jogurcie 60g (RYBY), sałata 2 liście II: bułka pszenna z twarożkiem i dżemem (GLUTEN, MLEKO)
Wtorek, 24.02.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta warzywna z wędliną 70g (SELER), papryka 40g. II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Serek wiejski 1 szt (MLEKO), ogórek zielony 30g
Obiad	Zupa brokułowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN,MLEKO), Ryż brązowy 150g, cukinia pieczona z ziołami 40g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta rybna ze szczypiorkiem 60g (RYBY), sałata 2 liście II: grahamka z masłem, tofu i pomidorem (GLUTEN, MLEKO, SOJA)
Wtorek, 24.02.2026 (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), pasta warzywna z wędliną 70g (SELER), roszponka 10g II: Graham 50g (GLUTEN, Masło 5g (MLEKO), Filet zapiekany 20g, rzodkiewka 30g
Obiad	Zupa brokułowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN,MLEKO), Ryż brązowy 150g, cukinia pieczona z ziołami 40g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta rybna na jogurcie 60g (RYBY), sałata 2 liście II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Wtorek, 24.02.2026 (Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta warzywna z wędliną 70g (SELER), roszponka 10g
Obiad	Zupa brokułowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN,MLEKO), Ryż brązowy 150g, cukinia pieczona z ziołami 40g Kompot 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta rybna na jogurcie 60g (RYBY), sałata 2 liście II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Wtorek, 24.02.2026 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Płatki owsiane (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), szynka drobiowa (SELER), Gotowany burak, marchewka, seler (SELER)
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), Dorsz (RYBA), Marchew II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Wtorek, 24.02.2026 (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 (MLEKO), Gotowany burak, marchewka, seler (SELER) Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (JAJA), 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), Dorsz (RYBA), Jabłko II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Wtorek, 24.02.2026(Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Płatki owsiane (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (MLEKO), Gotowany burak, Marchewka, seler (SELER)
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), Dorsz (RYBA), Marchew II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Wtorek, 24.02.2026 (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), pasta warzywna z wędliną 70g (SELER), papryka 50g. II: jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)
Obiad	Zupa brokułowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Fasolka po bretońsku 250g (GLUTEN, MLEKO, SELER), pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), śliwka 1 szt, Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta rybna z majonezem i szczypiorkiem 60g (RYBY), sałata 2 liście II: Bułka pszenna z twarogiem i dżemem 1 szt (GLUTEN, MLEKO)
Wtorek, 24.02.2026 (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 warzywna z wędliną 70g (SELER), roszponka 10g II: jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)
Obiad	Zupa brokułowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 150g, cukinia pieczona z ziołami 40g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta rybna na jogurcie 60g (RYBY), sałata 2 liście II: bułka pszenna z masłem twarogiem i dżemem 1 szt (GLUTEN, MLEKO)
Wtorek, 24.02.2026 (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 warzywna z wędliną 70g (SELER), papryka 40g. II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Serek wiejski 1 szt (MLEKO), ogórek zielony 30g
Obiad	Zupa brokułowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN, MLEKO), Ryż brązowy 150g, cukinia pieczona z ziołami 40g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta rybna z szczypiorkiem 60g (RYBY), sałata 2 liście II: grahamka z masłem, tofu i pomidorem (GLUTEN, MLEKO, SOJA)
Środa, 25.02.2026 (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), Parówka drobiowa 2 szt (SELER), ketchup 5g, brzoskwinia 1 szt
Obiad	Zupa z soczewicy z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kotlety ziemniaczane 2 szt (GLUTEN, JAJA), Sos pieczarkowy 80 ml (GLUTEN, MLEKO), banan 1 szt Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), ser żółty 40g (MLEKO), ogórek zielony 50g II: Budyń 150g (MLEKO)

Środa, 25.02.2026 (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), Jajko na miękko 1 szt (JAJA), jabłko pieczone 1 szt
Obiad	Zupa wiejska z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Leniwe ze szpinakiem 250g (GLUTEN,MLEKO, JAJA), sos koperkowy 80g (MLEKO), banan 1 szt. Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), serek wiejski light 1 szt. (MLEKO), marchew súpki 50g II: Budyń 150g (MLEKO)
Środa, 25.02.2026 (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), Pasta z białek 60 g (SELER), jabłko pieczone 1 szt
Obiad	Zupa wiejska z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Leniwe ze szpinakiem 250g (GLUTEN,MLEKO, JAJA), sos koperkowy 80g (MLEKO), banan 1 szt. Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), serek wiejski light 1 szt. (MLEKO), marchew pieczona 50g II: Mus owocowo-warzywny 1 szt
Środa, 25.02.2026 (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), jajko na miękko 1 szt (JAJA), jabłko pieczone 1 szt
Obiad	Zupa wiejska z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Leniwe ze szpinakiem 250g (GLUTEN,MLEKO, JAJA), sos koperkowy 80g (MLEKO), banan 1 szt. Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), serek wiejski light 1 szt. (MLEKO), marchew súpki 100g II: Budyń 150g (MLEKO)
Środa, 25.02.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Parówka drobiowa 2 szt (SELER), ketchup 5g, mix sałat 10g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), paprykarz 50g (RYBA), Kiwi 1 szt
Obiad	Zupa z soczewicy z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Mięso drobiowe duszone 80g (GLUTEN), sos koperkowy 80g (MLEKO), ziemniaki 200g, marchew gotowana 100g Kompot 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), ser żółty 40g (MLEKO), ogórek zielony 50g II: Sok warzywny 100% 150 ml
----------------	---

Środa, 25.02.2026 (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 40 g, Pomidor bez skóry 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), pasta z tofu 40g, rukola 5g
Obiad	Zupa wiejska z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Mięso drobiowe duszone 80g (GLUTEN), sos koperkowy 80g (MLEKO), ziemniaki 200g, marchew gotowana 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), serek wiejski light 100g (MLEKO), marchew słupki 100g II: Sok warzywny 100% 150 ml

Środa, 25.02.2026 (Dieta 10 niskobiałkowa)
--

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany 40 g (SELER), banan 1 szt
Obiad	Zupa wiejska z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Mięso drobiowe duszone 80g (GLUTEN), sos koperkowy 80g (MLEKO), ziemniaki 200g, marchew gotowana 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), serek wiejski light 100g (MLEKO), marchew słupki 100g II: Sok warzywny 100% 150 ml

Środa, 25.02.2026 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)
--

Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Płatki ryżowe, Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Włoszczyzna (SELER), Pomidor
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, szpinak, Makaron (GLUTEN), Mięso wieprzowe, Ziemniaki, Bukiet królewski, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Dżem, Ser biały (MLEKO), Banan II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt

Środa, 25.02.2026 (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
----------------	--

Środa, 25.02.2026 (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
Środa, 25.02.2026 (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), Parówka drobiowa 2 szt (SELER), ketchup 5g, jabłko 1 szt II orzechy włoskie 20g (ORZECY)
Obiad	Zupa soczewicy z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kotlety ziemniaczane 2 szt (GLUTEN, JAJA), Sos pieczarkowy 80 ml (GLUTEN, MLEKO), banan 1 szt Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), ser żółty 40g (MLEKO), ogórek zielony 50g II: Budyń 150g (MLEKO)
Środa, 25.02.2025(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 (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajko na miękko 1 szt (JAJA), jabłko pieczone 1 szt II: wafle ryżowe 3 szt
Obiad	Zupa wiejska z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Leniwe ze szpinakiem 250g (GLUTEN,MLEKO, JAJA), sos koperkowy 80g (MLEKO), banan 1 szt. Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), serek wiejski light 1 szt. (MLEKO), marchew słupki 50g II: Budyń 150g (MLEKO)
Środa, 25.02.2026 (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 drobiowa 2 szt (SELER), ketchup 5g, mix sałat 10g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), paprykarz 50g (RYBA), Kiwi 1 szt
Obiad	Zupa z soczewicy z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Mięso drobiowe duszone 80g (GLUTEN), sos koperkowy 80g (MLEKO), ziemniaki 200g, marchew gotowana 100g Kompot 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), ser żółty 40g (MLEKO), ogórek zielony 50g II: Sok warzywny 100% 150 ml
Czwartek, 26.02.2026 (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), ser topiony 60g (MLEKO), rzodkiewka 50g
Obiad	Zupa z fasoli szparagowej z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (GLUTEN,JAJA), Jogurt naturalny 100g (MLEKO), Kiwi 1szt Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z koperkiem 60g (MLEKO), Rukola 10 g II: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO)
Czwartek, 26.02.2026 (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), szynka drobiowa 40g (SELER), pomidor bez skórki 50g
Obiad	Zupa z fasoli szparagowej z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (GLUTEN,JAJA), Jogurt naturalny 100g (MLEKO), Brzoskwinia bez skórki 1szt Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), serek kanapkowy z koperkiem 60g (MLEKO), Roszponka 10 g II: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO)
Czwartek, 26.02.2026 (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), szynka drobiowa 40g (SELER), pomidor bez skórki 50g
Obiad	Zupa z fasoli szparagowej z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (GLUTEN,JAJA), Jogurt naturalny 100g (MLEKO), Brzoskwinia bez skórki 1szt Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml baton 100g, serek kanapkowy z koperkiem 60g (MLEKO), Roszponka 10 g II: Skyr 1szt (MLEKO)
Czwartek, 26.02.2026(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), szynka drobiowa 40g (SELER), pomidor bez skórki 50g
Obiad	Zupa z fasoli szparagowej z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (GLUTEN,JAJA), Jogurt naturalny 100g (MLEKO), Brzoskwinia bez skórki 1szt Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), serek kanapkowy z koperkiem 60g (MLEKO), Roszponka 10 g II: Rogal maślany 1szt (GLUTEN, MLEKO), Jogurt owocowy 1szt (MLEKO), Woda 1szt
Czwartek, 26.02.2026(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 (MLEKO), rzodkiewka 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), pasztet 40g (SELER), ogórek kiszony 50g
Obiad	Zupa z fasoli szparagowej z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zapiekanka z brązowego ryżu i jabłka 250g (GLUTEN,JAJA), Jogurt naturalny 100g (MLEKO), Brzoskwinia 1szt Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z koperkiem 60g (MLEKO), Rukola 10 g II: Skyr 1szt (MLEKO)
Czwartek, 26.02.2026(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 40g (SELER), roszponka 10g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), białko jaja 50g (JAJA), rzodkiewka 30g
Obiad	Zupa z fasoli szparagowej z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (GLUTEN,JAJA), Jogurt naturalny 100g (MLEKO), Brzoskwinia bez skórki 1szt Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z koperkiem 40g (MLEKO), Roszponka 10g II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Czwartek, 26.02.2026 (Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER), pomidor bez skórki 50g

Obiad	Zupa z fasoli szparagowej z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (GLUTEN,JAJA), Jogurt naturalny 100g (MLEKO), Brzoskwinia bez skórki 1szt Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), serek kanapkowy z koperkiem 50g (MLEKO), Roszponka 10 g II: II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Czwartek, 26.02.2026 (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
Czwartek, 26.02.2026 (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), 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
Czwartek, 26.02.2026 (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
Czwartek, 26.02.2026 (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), ser topiony 50g (MLEKO) rzodkiewka 50g II: gruszka 1 szt
Obiad	Zupa z fasoli szparagowej z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (GLUTEN,JAJA), Jogurt naturalny 100g (MLEKO), Kiwi 1szt Kompot 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z koperkiem 60g (MLEKO), Rukola 10 g II: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO)
Czwartek, 26.02.2026 (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), szynka drobiowa 40g (SELER), pomidor bez skórki 50g II: serek homogenizowany waniliowy 1 szt (MLEKO)
Obiad	Zupa z fasoli szparagowej z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (GLUTEN,JAJA), Jogurt naturalny 100g (MLEKO), Brzoskwinia bez skórki 1szt Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z koperkiem 60g (MLEKO), Roszponka 10 g II: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO)
Czwartek, 26.02.2026 (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 (MLEKO), rzodkiewka 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), pasztet 40g (SELER),ogórek kiszony 50g
Obiad	Zupa z fasoli szparagowej z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Zapiekanka z brązowego ryżu i jabłka 250g (GLUTEN,JAJA), Jogurt naturalny 100g (MLEKO), Brzoskwinia 1szt Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek kanapkowy z koperkiem 60g (MLEKO), Rukola 10 g II: Skyr 1szt (MLEKO)
Piątek, 27.02.2026 (Dieta 1 podstawowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pasta z jaj 60g (JAJA, MLEKO), sałata 2 liście
Obiad	Zupa krem z buraka 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kotlet rybny pieczony 80g (RYBY), Ziemniaki 200g, sos szpinakowy 80 ml (MLEKO, SELER) Surówka z kiszonej kapusty 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), hummus 60g, pomidor 50g II: Serek wiejski (MLEKO) 1 szt
Piątek, 27.02.2026 (Dieta 2 łatwo strawna)	

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pasta z jaj na jogurcie 60g (JAJA, MLEKO), sałata 2 liście
Obiad	Zupa krem z buraka 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) kotlet rybny pieczony 80g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, sos szpinakowy 80 ml (MLEKO, SELER), marchewka gotowana 100g (GLUTEN) kompot 200 ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z tofu 60g (SOJA, MLEKO), pomidor bez skórki 50g II: Serek wiejski typu light 1szt (MLEKO),
Piątek, 27.02.2026 (Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż na mleku 0.5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), pasta z białek na jogurcie 60g (JAJA, MLEKO), sałata 2 liście
Obiad	Zupa krem z buraka 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) kotlet rybny pieczony 80g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, delikatny sos szpinakowy 80 ml (MLEKO, SELER), gotowana marchewka 100g (GLUTEN) kompot 200 ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Pasta z tofu 60g (SOJA, MLEKO), pomidor bez skórki 50g II: Serek wiejski typu light 1szt (MLEKO)
Piątek, 27.02.2026 (Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pasta z jaj na jogurcie 60g (JAJA, MLEKO), sałata 2 liście
Obiad	Zupa krem z buraka 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) kotlet rybny pieczony 80g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, sos szpinakowy 80 ml (MLEKO, SELER), gotowana marchewka 100g (GLUTEN) kompot 200 ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z tofu 60g (SOJA, MLEKO), pomidor bez skórki 50g II: Serek wiejski typu light 1szt (MLEKO)
Piątek, 27.02.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z jaj 60g (JAJA, MLEKO), sałata 2 liście II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), mozzarella 30g (MLEKO) roszponka 5 g
Obiad	Zupa krem z buraka 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kotlet rybny pieczony 80g (RYBY), Ziemniaki 200g, sos szpinakowy 80 ml (MLEKO, SELER) Surówka z kiszanej kapusty 100g Kompot bez cukru 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), hummus 60g, pomidor 50g II: Serek wiejski (MLEKO) 1 szt
Piątek, 27.02.2026 (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), pasta z białek na jogurcie 60g (JAJA, MLEKO), sałata 2 liście II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), pasta pomidorowa 40g, Jabłko bez skórki 1 szt
Obiad	Zupa krem z buraka 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kotlet rybny pieczony 80g (RYBY), Ziemniaki 200g, sos szpinakowy 80 ml (MLEKO, SELER), gotowana marchewka 100g (GLUTEN) Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z tofu 40g (SOJA, MLEKO), pomidor bez skórki 50g II: Wafle ryżowe 30g
Piątek, 27.02.2026 (Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pasta z białek na jogurcie 40g (JAJA, MLEKO), sałata 2 liście
Obiad	Zupa krem z buraka 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) kotlet rybny pieczony 80g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, sos szpinakowy 80 ml (MLEKO, SELER), gotowana marchewka 100g (GLUTEN) kompot 200 ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z tofu 40g (SOJA, MLEKO), pomidor bez skórki 50 g II: wafle ryżowe 30g
Piątek, 27.02.2026 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Ryż, Mleko 1.5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka dębowa (GLUTEN, SOJA), Jabłko
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Kasza kukurydziana, Mięso wieprzowe, Jaja (JAJA), Ziemniaki, Seler (SELER), Oliwa z oliwek, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Włoszczyzna (SELER) II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Piątek, 27.02.2026 (Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka dębowa (GLUTEN, SOJA), Jabłko Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (JAJA), Pomidor
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Kasza kukurydziana, Mięso wieprzowe, Jaja (JAJA), Ziemniaki, Seler (SELER), Oliwa z oliwek, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Włoszczyzna (Seler) II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Piątek, 27.02.2026(Dieta 14 płynna wzmocniona)	

Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Makaron (GLUTEN, JAJA), Mleko 1.5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka dębowa (GLUTEN, SOJA), Jabłko
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Kasza kukurydziana, Mięso wieprzowe, Jaja (JAJA), Ziemniaki, Seler (SELER), Oliwa z oliwek, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Włoszczyzna (SELER) II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt

Piątek, 27.02.2026 (Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pasta z jaj 60g (JAJA, MLEKO), sałata 2 liście II: pomarańcza 1/2 szt
Obiad	Zupa krem z buraka 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kotlet rybny pieczony 80g (RYBY), Ziemniaki 200g, sos szpinakowy 80 ml (MLEKO, SELER) Surówka z kiszonej kapusty 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), hummus 60g, pomidor 50g II: Serek wiejski (MLEKO) 1 szt

Piątek, 27.02.2026 (Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pasta z jaj na jogurcie 60g (JAJA, MLEKO), sałata 2 liście II: herbatniki 30g (GLUTEN)
Obiad	Zupa krem z buraka 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) kotlet rybny pieczony 80g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, sos szpinakowy 80 ml (MLEKO, SELER), marchewka gotowana 100g (GLUTEN) kompot 200 ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z tofu 60g (SOJA, MLEKO), pomidor bez skórki 50g II: Serek wiejski typu light 1szt (MLEKO)

Piątek, 27.02.2026 (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 z jaj 60g (JAJA, MLEKO), sałata 2 liście II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), mozzarella 30g (MLEKO) roszponka 5 g, pomarańcza 1/2 szt
Obiad	Zupa krem z buraka 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kotlet rybny pieczony 80g (RYBY), Ziemniaki 200g, sos szpinakowy 80 ml (MLEKO, SELER) Surówka z kiszonej kapusty 100g Kompot bez cukru 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), hummus 60g, pomidor 50g II: Serek wiejski (MLEKO) 1 szt
----------------	--

Sobota, 28.02.2026 (Dieta 1 podstawowa)

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 1,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), szynka wiśniowa 40g (SELER) ogórek zielony 50g
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, SELER) Gulasz wieprzowy z warzywami 120g (GLUTEN, MLEKO, SELER), kasza gryczana 150g (GLUTEN) Sałatka szwedzka 100g (GORCZYCA) Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), ser żółty 40g (MLEKO), Papryka 50 g II: Galaretka owocowa 150g

Sobota, 28.02.2026 (Dieta 2 łatwo strawna)

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 1,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER, GLUTEN), Roszponka 10g
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, SELER) Gulasz wieprzowy z warzywami 120g (GLUTEN, MLEKO, SELER), kasza jęczmienna 150g (GLUTEN) Buraczki 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta rybna na jogurcie 70g (RYBY), brzoskwinia bez skórki 1 szt II: Galaretka owocowa 150g

Sobota, 28.02.2026 (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 (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), szynka drobiowa 40g (SELER, GLUTEN), Roszponka 10g
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, SELER) Gulasz drobiowy z warzywami 120g (GLUTEN, MLEKO, SELER), kasza jęczmienna 150g (GLUTEN) buraczki 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), pasta z dorsza na jogurcie 70g (RYBY), brzoskwinia bez skórki 1 szt II: Galaretka owocowa 150g

Sobota, 28.02.2026 (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 (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER, GLUTEN), Roszponka 10g
------------------	---

Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, SELER) Gulasz wieprzowy z warzywami 120g (GLUTEN, MLEKO, SELER), kasza jęczmienna 150g (GLUTEN) buraczki 120g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta rybna na jogurcie 70g (RYBY), brzoskwinia bez skórki 1 szt II: Galaretka owocowa 150g
Sobota, 28.02.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka wiśniowa 60g (SELER) ogórek zielony 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), paprykarz 40g (RYBY), rzodkiewka 30g
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, SELER) Gulasz wieprzowy z warzywami 120g (GLUTEN, MLEKO, SELER), kasza gryczana 150g (GLUTEN) Sałatka szwedzka 100g (GORCZYCA) Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), ser żółty 40g (MLEKO), Papryka 50 g II: Galaretka owocowa bez cukru 150g
Sobota, 28.02.2026 (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 wiśniowa 40g (SELER) banan ½ szt II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), tofu 20g (MLEKO), ogórek zielony 30g
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, SELER) Gulasz wieprzowy z warzywami 120g (GLUTEN, MLEKO, SELER), kasza gryczana 150g (GLUTEN) buraczki 100g Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta rybna na jogurcie 50g (RYBY), sałata 2 liście II: sok warzywny 100% 150ml
Sobota, 28.02.2026 (Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER, GLUTEN), Roszponka 10g
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, SELER) Gulasz wieprzowy z warzywami 120g (GLUTEN, MLEKO, SELER), kasza jęczmienna 150g (GLUTEN), buraczki 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta rybna na jogurcie 50g (RYBY), brzoskwinia bez skórki 1 szt II: sok warzywny 100% 150 ml
Sobota, 28.02.2026 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	

Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Kasza kukurydziana (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, 28.02.2026 (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, 28.02.2026 (Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Kasza kukurydziana (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 1sz
Sobota, 28.02.2026 (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 (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), szynka wieśniowa 40g (SELER) ogórek zielony 50g II: Sok warzywny 100% 150 ml
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, SELER) Gulasz wieprzowy z warzywami 120g (GLUTEN, MLEKO, SELER), kasza gryczana 150g (GLUTEN) Sałatka szwedzka 100g (GORCZYCA), Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Papryka 50 g II: Galaretka owocowa 150g
Sobota, 28.02.2026 (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 (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER, GLUTEN), Roszponka 10g II: Sok warzywny 100% 150 ml

Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, SELER) Gulasz wieprzowy z warzywami 120g (GLUTEN, MLEKO, SELER), kasza jęczmienna 150g (GLUTEN) buraczki 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta rybna na jogurcie 70g (RYBY), brzoskwinia bez skórki 1 szt II: Galaretka owocowa 150g

Sobota, 28.02.2026 (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 wieśniowa 40g (SELER) ogórek zielony 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), paprykarz 40g (RYBY), rzodkiewka 30g, sok warzywny 100% 150 ml
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, SELER) Gulasz wieprzowy z warzywami 120g (GLUTEN, MLEKO, SELER), kasza gryczana 150g (GLUTEN) Sałatka szwedzka 100g (GORCZYCA) Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta rybna na jogurcie 70g (RYBY), sałata 2 liście II: Galaretka owocowa bez cukru 150g

Niedziela, 01.03.2026 (Dieta 1 podstawowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), dżem 50g, jabłko 1 szt
Obiad	Rosół z makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Udko z kurczaka gotowane 1szt, Sos 80ml (GLUTEN,MLEKO), Ziemniaki 200g, brokuły 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasztet 50g (SELER), sałata 2 liście II: Jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)
Niedziela, 01.03.2026 (Dieta 2 łatwo strawna)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), dżem 50g, jabłko pieczone bez skórki 1 szt
Obiad	Rosół z makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Udko z kurczaka gotowane 1szt, Sos 80ml (GLUTEN,MLEKO), Ziemniaki 200g, włoszczyzna 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta warzywna z białkiem jaja 60g (JAJA), sałata 2 liście II: Jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)
Niedziela, 01.03.2026 (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 (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), twaróg beztłuszczowy 60g (MLEKO), dżem 50g, jabłko pieczone bez skórki 1 szt
Obiad	Rosół z ryżem 300ml (GLUTEN, SELER) Udko z kurczaka gotowane 1szt, Sos 80ml (GLUTEN,MLEKO), Ziemniaki 200g, włoszczyzna 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml, Baton 100g (GLUTEN), Pasta warzywna z białkiem jaja 60g (JAJA), sałata 2 liście II: Jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)
Niedziela, 01. 03.2026 (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 (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), dżem 50g, jabłko gotowane bez skórki 1 szt
Obiad	Rosół z makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Udko z kurczaka gotowane 1szt, Sos 80ml (GLUTEN,MLEKO), Ziemniaki 200g, włoszczyzna 100g Kompot 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta warzywna z białkiem jaja 60g (JAJA) sałata 2 liście II: Jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)
Niedziela, 01. 03.2026 (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), śliwka 1 szt
Obiad	Rosół z brązowym makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Udko z kurczaka gotowane 1szt, Sos 80ml (GLUTEN,MLEKO), Ziemniaki 200g, brokuły100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasztet 50g (SELER), sałata 2 liście II: Jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)
Niedziela, 01.03.2026 (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), mix sałat z kalarepką 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Szyńka gotowana 20g (GLUTEN, SOJA), cukinia pieczona 30g
Obiad	Jarski rosół z ryżem 300ml (GLUTEN, SELER) Udko z kurczaka gotowane 1szt, Sos 80ml (GLUTEN,MLEKO), Ziemniaki 200g, włoszczyzna 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta warzywna z białkiem jaja 60g (JAJA), sałata 2 liście II: Jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)
Niedziela, 01.03.2026 (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 gotowane bez skórki1 szt
Obiad	Jarski rosół z ryżem 300ml (GLUTEN, SELER) Udko z kurczaka gotowane 1szt, Sos 80ml (GLUTEN,MLEKO), Ziemniaki 200g, włoszczyzna 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta warzywna z białkiem jaja 50g (JAJA), sałata 2 liście II: Mus warzywny 1 szt
Niedziela, 01.03.2026 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Płatki jęczmienne, 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 warzywny 1 szt
Niedziela, 01.03.2026 (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 warzywny 1szt,
Niedziela, 01.03.2026 (Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Płatki jęczmienne, 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 warzywny 1szt
Niedziela, 01.03.2026 (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 (MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), dżem 50g, jabłko 1 szt II: migdały 30g (ORZECY)

Obiad	Rosół z makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Udko z kurczaka gotowane 1szt, Sos 80ml (GLUTEN,MLEKO), Ziemniaki 200g, brokuły 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasztet 50g (SELER), sałata 2 liście II: Jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)

Niedziela, 01.03.2026 (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 (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 60g (MLEKO), dżem 50g, jabłko gotowane bez skórki 1 szt II: kefir 1 szt (MLEKO)
Obiad	Rosół z makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Udko z kurczaka gotowane 1szt, Sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, włoszczyzna 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta warzywna z białkiem jaja 60g (JAJA), sałata 2 liście II: Mus owocowy 1 szt
Niedziela, 01.03.2026 (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), śliwka 1 szt, kefir 1 szt (MLEKO)
Obiad	Rosół z brązowym makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Udko z kurczaka gotowane 1szt, Sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, brokuły 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasztet 50g (SELER), sałata 2 liście II: Jogurt naturalny 1 szt (MLEKO)

Poniedziałek, 02.03.2026(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), szynka drobiowa 40g, rzodkiewka 50g
Obiad	Zupa selerowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Jajko 1 szt (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

Poniedziałek, 02.03.2026 (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), jajko na miękko 1 szt (JAJA) 40g, mix sałat 10g
Obiad	Zupa selerowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Jajko 1 szt (JAJA), sos ziołowy 80 ml (GLUTEN, MLEKO) Ryż biały 150g, Surówka z marchewki z oliwą 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER), Pomidor bez skórki 50g II: brzoskwinia bez skórki 1 szt
Poniedziałek, 02.03.2026 (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), Jajko na miękko 1 szt (JAJA), Mix sałat 10g
Obiad	Zupa selerowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Białko jaja 1 szt (JAJA), sos ziołowy 80ml (GLUTEN, MLEKO) Ryż biały 150g, gotowana marchewka 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), szynka drobiowa 40g (SELER), Pomidor bez skórki 50g II: pieczona brzoskwinia bez skórki 1 szt
Poniedziałek, 02.03.2026 (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), jajko na miękko 1 szt (JAJA), mix sałat 10g
Obiad	Zupa selerowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Jajko 1 szt (JAJA), sos ziołowy 80ml (GLUTEN, MLEKO) Ryż biały 150g, Surówka z marchewki z oliwą 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER), Pomidor bez skórki 50g II: brzoskwinia bez skórki 1 szt
Poniedziałek, 02.03.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g, rzodkiewka 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Serek wiejski 1 szt (MLEKO), papryka 30g
Obiad	Zupa selerowa 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 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z zielonego groszku z koperkiem 60g (SELER), Pomidor 50g II: brzoskwinia 1 szt
Poniedziałek, 02.03.2026 (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), Mix sałat 10g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Ser biały 20 g (MLEKO), Dżem 30 g
Obiad	Zupa selerowa 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 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 20g (SELER), pasta warzywna 50g. II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Poniedziałek, 02.03.2026 (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 10g
Obiad	Zupa selerowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Jajko 1 szt (JAJA), sos ziołowy 80ml (GLUTEN, MLEKO) Ryż biały 150g, Surówka z marchewki z oliwą 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 20g (SELER), pasta warzywna 50g. II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Poniedziałek, 02.03.2026 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Kasza manna (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, 02.03.2026 (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, 02.03.2026 (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, 02.03.2026 (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), szynka drobiowa 40g, rzodkiewka 50g II: biszkopty 30g (JAJA, GLUTEN)
Obiad	Zupa selerowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Jajko 1 szt (JAJA), sos ziołowy 80ml (GLUTEN, MLEKO) Ryż brązowy 150g, Surówka z marchewki z oliwą 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z zielonego groszku z koperkiem 60g (SELER), Pomidor 50g II: brzoskwinia 1 szt

Poniedziałek, 02.03.2026(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), jajko na miękko 1 szt (JAJA), Mix sałat 10g II: biszkopty 30g (JAJA, GLUTEN)
Obiad	Zupa selerowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Jajko 1 szt (JAJA), sos ziołowy 80ml (GLUTEN, MLEKO) Ryż biały 150g, Surówka z marchewki z oliwą 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), szynka drobiowa 40g (SELER), Pomidor bez skórki 50g II: brzoskwinia bez skórki 1 szt

Poniedziałek, 02.03.2026 (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 drobiowa 1 szt (JAJA), rzodkiewka 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Serek wiejski 1 szt (MLEKO), papryka 50g
Obiad	Zupa selerowa 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 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z zielonego groszku z koperkiem 60g (SELER), Pomidor 50g II: brzoskwinia 1 szt
Wtorek, 03.03.2026 (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 grochowa z ziemniakami 300 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Naleśniki z serem 1 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa 120g (JAJKO, SELER), Sałata 2 liście II: serek wiejski 1 szt (MLEKO)
Wtorek, 03.03.2026 (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 szt
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Makaron z serem i masłem 250g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml, Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g, sałata 2 liście II: serek wiejski light 1szt (MLEKO)
Wtorek, 03.03.2026 (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), pasta z ryby na jogurcie 60g (MLEKO, RYBY), jabłko pieczone bez skórki 1szt

szt Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Makaron z serem i margaryną 250g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g, (SELER, JAJA, MLEKO), sałata 2 liście II: serek wiejski light 1szt (MLEKO)
Wtorek, 03.03.2026 (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), pasta z ryby na jogurcie 60g (MLEKO, RYBY), jabłko 1 szt
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Makaron z serem i masłem 250g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml, Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g (SELER, JAJA, MLEKO), sałata 2 liście II: serek wiejski light 1szt (MLEKO)
Wtorek, 03.03.2026 (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 40g (MLEKO, JAJA), Rzodkiewka 30g
Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron pełnoziarnisty z serem i masłem bez cukru 250g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa 120g (SELER, JAJA, MLEKO), sałata 2 liście II: serek wiejski (MLEKO)
Wtorek, 03.03.2026 (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), Ser biały 20g (MLEKO), Kiwi 1szt

Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Makaron pełnoziarnisty z masłem bez cukru 250g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 150g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g (SELER, JAJA, MLEKO), sałata liście II: Mus owocowo-warzywny 100%
Wtorek, 03.03.2026 (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 szt
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Makaron z masłem i cukrem 250g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 150g, Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g (SELER, JAJA, MLEKO), sałata 2 liście II: Mus owocowo-warzywny 100%
Wtorek, 03.03.2026 (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), Makaron (GLUTEN, JAJA), Ser biały (MLEKO), jabłko gotowane, cukier

Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jogurt (MLEKO), Ziemniaki, Włoszczyzna (SELER), Jajko (JAJA) II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
----------------	---

Wtorek, 03.03.2026 (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, 03.03.2026 (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, 03.03.2026 (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 grochowa z ziemniakami 300 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Naleśniki z serem 1 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 100g Kompot 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa 120g SELER, JAJA, MLEKO), sałata 2 liście II: serek wiejski (MLEKO)
Wtorek, 03.03.2026 (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 skóry 1 szt
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Makaron z serem i masłem 250g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie SELER, JAJA, MLEKO), 120g, sałata 2 liście II: serek wiejski typu light 1szt (MLEKO)

Wtorek, 03.03.2026(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 60g (MLEKO, JAJA), Rzodkiewka 50g, Jabłko 1 szt
Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron pełnoziarnisty z serem i masłem bez cukru 250g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 100g Kompot 200 ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa 120g SELER, JAJA, MLEKO), Sałata 2 liście II: serek wiejski 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)
Środa, 04.03.2026 (Dieta 1 podstawowa)	

Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka złocista 40g (GLUTEN, SOJA), Roszponka 10g
Obiad	Zupa ogórkowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kotlet szarpany 80g (GLUTEN, JAJA), sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), ziemniaki 200g surówka Colesław 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasztet 40g (SELER), Pomidor 50g II: Sałatka z kurczakiem, kuskusem i sosem ziołowym 1szt (GLUTEN, MLEKO)
Środa, 04.03.2026 (Dieta 2 łatwo strawna)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka złocista 40g (GLUTEN, SOJA), Roszponka 10g
Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pulpet mielony gotowany 80g (GLUTEN, JAJA), sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), ziemniaki 200g, szpinak gotowany 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta pomidorowa z tofu 60g (SOJA), brzoskwinia bez skórki 1 szt II: Sałatka z kurczakiem, kuskusem i sosem ziołowym 1szt (GLUTEN, MLEKO)
Środa, 04.03.2026 (Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 0,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Szynka złocista 40g (GLUTEN, SOJA), Roszponka 10g
Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pulpet mielony gotowany 80g (GLUTEN, JAJA), sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), ziemniaki 200g, szpinak gotowany 100g, Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), pasta pomidorowa z tofu 60g (SOJA), brzoskwinia bez skórki 1 szt II: Sałatka z kurczakiem, kuskusem i sosem ziołowym 1szt (GLUTEN, MLEKO)

Środa, 04.03.2026 (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 (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka złocista 40g (GLUTEN, SOJA), Roszponka 10g
Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pulpet mielony gotowany 80g (GLUTEN, JAJA), sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), ziemniaki 200g, szpinak gotowany 100g, Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta pomidorowa z tofu 60g (SOJA), brzoskwinia bez skórki 1 szt II: Sałatka z kurczakiem, kuskusem i sosem ziołowym 1szt (GLUTEN, MLEKO)
Środa, 04.03.2026 (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 szpinakowa z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pulpet mielony gotowany 80g (GLUTEN, JAJA), sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), ziemniaki 200g, Surówka Colesław 100g, Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasztet 40g (SELER), pomidor 50g II: Sałatka z kurczakiem, kuskusem i sosem ziołowym 1szt (GLUTEN, MLEKO)
Środa, 04.03.2026 (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 40g (GLUTEN, SOJA), jabłko ½ szt II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Jajko 1/2 szt (JAJA), Rukola 5g
Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pulpet mielony gotowany 80g (GLUTEN, JAJA), sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), kasza jęczmienna 150g, szpinak gotowany 100g, Kompot 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta pomidorowa z tofu 60g (SOJA), papryka 50g II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Środa, 04.03.2026 (Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka złocista 40g (GLUTEN, SOJA), roszponka 10g
Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pulpet mielony gotowany 80g (GLUTEN, JAJA), sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), kasza jęczmienna 150g, szpinak gotowany 100g, Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pomidorowa z tofu 50g (SOJA), brzoskwinia bez skórki 1 szt II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Środa, 04.03.2026 (Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Makaron, Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka (GLUTEN, SOJA), Gotowany buraczek
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Makaron (GLUTEN, JAJA), Śmietana (MLEKO), Włoszczyzna (SELER), Ziemniaki, Mięso drobiowe, Masło (MLEKO), Szpinak
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jogurt naturalny (MLEKO), Cukinia II: Sok warzywno-owocowy 1 szt
Środa, 04.03.2026 (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), Kasza jęczmienna (GLUTEN), Mięso drobiowe, Masło (MLEKO), Szpinak
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Cukinia II: Sok warzywno-owocowy 1 szt
Środa, 04.03.2026 (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), Kasza jęczmienna (GLUTEN), Mięso drobiowe, Masło (MLEKO), Szpinak
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jogurt naturalny 1 szt (MLEKO), Cukinia II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Środa, 04.03.2026 (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 (MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka złocista 40g (GLUTEN, SOJA), Rukola 5g II: Biskopki 30g
Obiad	Zupa ogórkowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kotlet szarpany 80g (GLUTEN, JAJA), sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), ziemniaki 200g surówka Coleslaw 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasztet 40g (SELER), papryka 50g II: Sałatka z kurczakiem, kuskusem i sosem ziołowym 1szt (GLUTEN, MLEKO)
Środa, 04.03.2026 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 (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka złocista 40g (GLUTEN, SOJA), Roszponka 10g II: Biskopki 30g
Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pulpet mielony gotowany 80g (GLUTEN, JAJA), sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), ziemniaki 200g, szpinak gotowany 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta pomidorowa z tofu 60g (SOJA), brzoskwinia bez skórki 1 szt II: Sałatka z kurczakiem, kuskusem i sosem ziołowym 1szt (GLUTEN, MLEKO)
Środa, 04.03.2026 (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 ½ szt (JAJA), Rukola 5g, brzoskwinia 1 szt
Obiad	Zupa ogórkowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kotlet szarpany 80g (GLUTEN, JAJA), sos 80ml (GLUTEN, MLEKO), ziemniaki 200g surówka Colesław 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml, Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasztet Jana 40g (SELER), Papryka 50g II: Sałatka z kurczakiem, kuskusem i sosem ziołowym 1szt (GLUTEN, MLEKO)

Czwartek 05.03.2026 (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 1 szt (GLUTEN, SOJA), Ketchup 30g, Mix sałat z kalarepką 50g
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron pełnoziarnisty 150g (GLUTEN, JAJA), sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 200g (MLEKO, SELER, GLUTEN) Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 2 00ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z soczewicą i włoszczyzną 60g, ogórek kiszony 5 0g II: Grahamka z masłem, serem żółtym i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA)
Czwartek 05.03.2026 (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), skyr 1 szt (MLEKO), dżem 50g, banan 1 szt
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makron 150g (GLUTEN, JAJA), sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 200g (MLEKO, SELER, GLUTEN) Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z tofu (SOJA) 60g, Sok owocowo-warzywny 1 szt II: Bułka pszenna z masłem, szynką i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA)
Czwartek 05.03.2026 (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), skyr)% tłuszczu 1 szt (MLEKO), dżem 50g, banan 1 szt
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makron 150g (GLUTEN, JAJA), sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 200g (MLEKO, SELER, GLUTEN) Kompot 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), pasta z tofu (SOJA) 60g, Sok owocowo- warzywny 100% 1 szt II: Bułka pszenna z szynką i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA)
Czwartek 05.03.2026 (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), skyr 1 szt (MLEKO), dżem 50g, banan 1 szt
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makron 150g (GLUTEN, JAJA), sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 200g (MLEKO, SELER, GLUTEN) Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 300ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z tofu (SOJA) 60g, Sok owocowo-warzywny 1 szt II: Bułka pszenna z masłem, szynką i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA)
Czwartek 05.03.2026 (Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Parówka 1 szt, Ketchup 30g, Mix sałat z kalarepka 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Filet zapiekany 20g, Ogórek zielony 30g
Obiad	Zupa z brązowego ryżu 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron pełnoziarnisty 150g (GLUTEN, JAJA), sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 200g (MLEKO, SELER, GLUTEN), Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z soczewicą i włoszczyzną 60g, sok warzywny 100% 1 szt II: Grahamka z masłem, szynką i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA)
Czwartek 05.03.2026 (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 40g, banan 1 szt II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Jajko 1/2 szt (JAJA), Mix sałat 5g

Obiad	Zupa z brązowego ryżu 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron pełnoziarnisty 150g (GLUTEN, JAJA), sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 200g (MLEKO, SELER, GLUTEN), Kompot 200ml Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z tofu 60g (MLEKO), sałata 2 liście II: sok warzywny 100% 1 szt
Czwartek 05.03.2026 (Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany 40g, banan 1 szt
Obiad	Zupa z brązowego ryżu 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron pełnoziarnisty 150g (GLUTEN, JAJA), sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 200g (MLEKO, SELER, GLUTEN), Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z tofu 60g (MLEKO), sałata 2 liście II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Czwartek 05.03.2026 (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, Makaron (GLUTEN), Mięso drobiowe, Pomidory, Koperek, Olej rzepakowy
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Jabłko II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Czwartek 05.03.2026 (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), Szynka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Pomidor
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Ziemniaki, Makaron pełnoziarnisty (GLUTEN), Mięso drobiowe, Pomidory, Koperek, Olej rzepakowy

Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Jabłko II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Czwartek 05.03.2026 (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, Makron pełnoziarnisty (GLUTEN), Mięso drobiowe, Pomidory, Koperek, Olej rzepakowy
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Jabłko II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Czwartek 05.03.2026 (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 1szt, Ketchup 30g, Mix sałat z kalarepką 50g II: banan 1 szt
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron pełnoziarnisty 150g (GLUTEN, JAJA), sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 200g (MLEKO, SELER, GLUTEN) Kompot 200ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 2 00ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z soczewicą i włoszczyzną 60g, ogórek kiszony 50g II: Grahamka z masłem, serem żółtym i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Woda 1szt
Czwartek 05.03.2026 (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), skyr 1 szt (MLEKO), dżem 50g, banan 1 szt II: wafle ryżowe 30g
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makron 150g (GLUTEN, JAJA), sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 200g (MLEKO, SELER, GLUTEN) Kompot 200ml

Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), pasta z tofu (SOJA) 60g, Sok owocowo-warzywny 100% 1 szt II: Bułka pszenna z masłem, szynką i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA)
Czwartek 05.03.2026 (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 1 szt, Ketchup 30g, Mix sałat z kalarepką 50g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Filet zapiekany 20g, rzodkiewka 30g, Jabłko 1 szt
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron pełnoziarnisty 150g (GLUTEN, JAJA), sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 200g (MLEKO, SELER, GLUTEN) Kompot 200ml Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z soczewicy i włoszczyzny 60g, Sok owocowo-warzywny 100% 1 szt II: Grahamka z masłem, szynką i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA)

20.02.2026 r.											
Dieta	Energia [kcal]	Bialko [g]	Tluszcz [g]	Tl. nasc. [g]	Węglowodany ogółem [g]	Blonnik [g]	Sacharoza [g]	Laktoza [g]	Glukoza [g]	Sól [g]	Sód [mg]
1	2310	98	83	41	295	31	52	28	18	3,6	1440
2	2220	94	76	36	285	24	50	25	15	3,3	1320
3	2050	91	55	24	290	23	50	18	15	3,1	1240
4	2180	93	72	35	280	23	50	26	15	3,2	1280
6/S	2140	96	79	38	235	30	30	27	12	3,5	1400
6/10/S	1870	54	73	34	215	25	28	19	14	4,6	1840
10	1980	63	76	36	245	27	41	22	16	5,1	2040
C1	2420	92	94	44	285	34	49	28	19	6,2	2480
C2	2300	88	89	41	275	29	46	27	17	5,8	2320
C3	2180	85	92	43	235	36	32	24	15	5,6	2240

21.02.2026 r.

Dieta	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Tł. nasyc. [g]	Węglowodany ogółem [g]	Błonnik [g]	Sacharoza [g]	Laktoza [g]	Glukoza [g]	Sól [g]	Sód
1	2360	92,6	82,3	41,2	312,4	33,1	42,8	22,4	18,6	4,8	1920
2	2285	88,3	78,6	39,1	304,6	29,4	39,7	21,9	17,2	4,6	1840
3	2108	84,9	61,4	30,2	296,2	27,9	37,5	20,1	16,4	4,2	1680
4	2316	89,1	79,8	39,6	305,1	29,1	39,9	22,0	17,3	4,7	1880
6/S	2194	96,4	86,9	43,5	242,6	38,8	21,4	18,6	12,3	5,1	2040
6/10/S	2012	68,2	78,2	38,9	236,1	34,5	19,8	16,9	11,7	4,6	1840
10	2146	61,7	73,5	36,4	289,4	26,8	36,9	19,3	16,1	4,3	1720
C1	2478	101,3	86,4	42,8	318,9	35,6	44,1	23,6	19,1	5,0	2000
C2	2392	96,8	81,1	40,3	309,7	30,6	41,2	22,9	18,0	4,8	1920
C3	2268	98,1	89,7	44,6	248,3	40,1	22,6	19,4	12,9	5,3	2120

22.02.2026 r.

Dieta	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Tł. nasyt. [g]	Węglowodany ogółem [g]	Błonnik [g]	Sacharoza [g]	Laktoza [g]	Glukoza [g]	Sól [g]	Sód
1	2286	88,7	74,6	36,9	318,7	34,4	41,6	21,8	17,9	4,5	1800
2	2234	85,2	72,9	36,1	312,1	30,6	39,8	21,5	17,2	4,3	1720
3	2051	81,1	58,3	28,4	304,8	29,9	38,6	19,4	16,7	4,0	1600
4	2258	86,4	73,8	36,5	313,5	30,8	40,1	21,6	17,4	4,4	1760
6/S	2169	92,5	82,1	40,8	262,4	39,6	24,2	18,9	13,6	4,9	1960
6/10/S	1987	66,3	74,5	36,9	255,1	36,2	22,8	17,1	12,9	4,4	1760
10	2098	60,9	69,7	34,6	298,6	28,1	37,9	19,8	16,3	4,1	1640
C1	2412	97,4	78,9	38,9	325,4	36,8	43,2	23,1	18,6	4,8	1920
C2	2336	93,1	75,6	37,6	317,2	31,9	41,4	22,3	17,8	4,6	1840
C3	2241	94,8	85,4	42,1	268,9	41,3	25,1	19,7	14,1	5,1	2040

23.02.2026 r.											
Dieta	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Tł. nasyt. [g]	Węglowodany ogółem [g]	Błonnik [g]	Sacharoza [g]	Laktoza [g]	Glukoza [g]	Sól [g]	Sód
1	2312	91,2	78,6	38,9	320,4	34,1	42,1	22,0	18,2	4,6	1840
2	2267	87,5	76,3	37,9	314,8	30,8	40,6	21,6	17,6	4,4	1760
3	2098	83,6	60,8	29,7	306,3	29,4	38,9	19,8	16,8	4,0	1600
4	2291	88,9	77,4	38,4	315,9	30,6	41,0	21,8	17,8	4,5	1800
6/S	2186	95,8	85,9	42,9	265,7	39,4	24,9	18,7	13,9	4,9	1960
6/10/S	2011	67,9	77,6	38,4	258,2	36,0	23,2	17,0	13,1	4,5	1800
10	2137	61,4	69,8	34,7	299,4	28,2	37,8	19,6	16,4	4,1	1640
C1	2438	100,8	82,6	41,0	327,9	36,3	44,0	23,3	19,0	4,8	1920
C2	2364	96,1	79,3	39,4	319,8	31,7	42,2	22,6	18,3	4,6	1840
C3	2269	97,9	89,4	44,5	271,3	41,2	25,7	19,5	14,5	5,1	2040

24.02.2026 r.

Dieta	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Tł. nasyt. [g]	Węglowodany ogółem [g]	Błonnik [g]	Sacharoza [g]	Laktoza [g]	Glukoza [g]	Sól [g]	Sód
1	2294	90,1	77,9	38,4	317,2	33,6	41,4	17,9	21,7	4,5	1800
2	2241	86,3	75,4	37,2	311,3	30,1	39,7	21,2	17,1	4,3	1720
3	2076	85,4	59,4	28,9	303,6	28,7	38,1	19,2	16,4	3,9	1560
4	2268	87,6	76,1	37,6	312,9	30,0	40,2	21,4	17,4	4,4	1760
6/S	2171	94,6	84,7	42,1	263,8	38,9	24,3	18,4	13,6	4,8	1920
6/10/S	1996	66,8	76,9	38,0	256,1	35,4	22,7	16,8	12,8	4,4	1760
10	2121	60,8	68,9	34,1	296,8	27,6	37,2	19,3	16,1	4,0	1600
C1	2419	99,4	81,8	40,6	325,1	35,8	43,1	23,0	18,6	4,7	1880
C2	2342	95,2	78,6	39,0	316,7	31,2	41,3	22,2	17,9	4,5	1800
C3	2253	96,7	88,1	43,8	269,1	40,6	25,1	19,2	14,1	5,0	2000

25.02.2026 r.

Dieta	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Tł. nasyt. [g]	Węglowodany ogółem [g]	Błonnik [g]	Sacharoza [g]	Laktoza [g]	Glukoza [g]	Sól [g]	Sód
1	2336	92,4	79,6	39,5	322,8	34,9	42,7	22,2	18,4	4,7	1880
2	2289	88,6	77,3	38,3	316,9	31,2	41,0	21,8	17,7	4,5	1800
3	2112	84,1	61,8	30,1	308,4	29,7	39,3	20,1	16,9	4,1	1640
4	2311	89,7	78,2	38,9	318,5	31,0	41,5	22,0	17,9	4,6	1840
6/S	2197	96,2	86,4	43,0	267,4	39,8	25,1	18,9	14,1	5,0	2000
6/10/S	2021	68,7	78,9	39,1	259,6	36,3	23,4	17,2	13,2	4,5	1800
10	2154	62,1	70,6	35,1	301,6	28,5	38,4	19,9	16,7	4,2	1680
C1	2452	101,6	83,8	41,6	330,2	37,1	44,6	23,5	19,3	4,9	1960
C2	2383	97,3	80,7	40,1	322,1	32,1	42,8	22,8	18,5	4,7	1880
C3	2287	99,1	90,3	44,9	273,8	41,6	26,0	19,7	14,7	5,2	2080

26.02.2026 r.											
Dieta	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Tł. nasyt. [g]	Węglowodany ogółem [g]	Błonnik [g]	Sacharoza [g]	Laktoza [g]	Glukoza [g]	Sól [g]	Sód
1	2318	91,0	78,4	38,8	319,6	34,2	42,0	21,9	18,1	4,6	1840
2	2269	87,1	76,1	37,7	313,8	30,5	40,4	21,5	17,5	4,4	1760
3	2096	82,9	60,3	29,4	305,7	29,0	38,7	19,7	16,6	4,0	1600
4	2294	88,4	77,1	38,1	315,4	30,8	41,0	21,7	17,7	4,5	1800
6/S	2182	39,2	85,2	42,4	265,9	39,2	24,6	18,6	138	4,9	1960
6/10/S	2007	35,8	77,5	38,5	258,1	35,8	23,0	16,9	13,0	4,5	1800
10	2136	28,0	69,4	34,5	299,1	28,0	37,8	19,6	16,4	4,1	1640
C1	2436	36,5	82,5	41,1	327,4	36,5	44,0	23,2	18,9	4,8	1920
C2	2361	31,6	79,4	39,6	319,2	31,6	42,1	22,5	18,2	4,6	1840

C3	2271	41,0	89,0	44,3	271,6	41,0	25,6	19,4	14,4	5,1	2040
----	------	------	------	------	-------	------	------	------	------	-----	------

27.02.2026

Dieta	kcal	Węglowodany	Blonnik	Sacharoza	Głukoza	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

28.02.2026

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

1.03.2026

Dieta	kcal	Węglowodany	Blonnik	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

Dieta	kcal	Węglowodany	Blonnik	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

3.03.2026

Dieta	kcal	Węglowodany	Blonnik	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

4.03.2026

Dieta	kcal	Węglowodany	Blonnik	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

5.03.2026

Dieta	kcal	Węglowodany	Blonnik	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

