

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-28 środa	Dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Kasza manna na mleku 400 ml (MLE, GLU) Pomidor 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ, GOR)		Zupa fasolowa 350 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Surówka z kapusty kiszonej 150 g Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 100 g (GLU) Kasza gryczana gotowana 180 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 620,5 Białko ogółem [g] 137,8 Tłuszcz [g] 83,2 Węglowodany ogółem [g] 354,3 Błonnik pokarmowy [g] 50,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 suma cukrów prostych [g] 89,7 Sól [g] 10 Cholesterol [mg] 759,5 Sód [mg] 3 293,9
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Jogurt 150 ml (MLE) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ, GOR) Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 100 g (GLU) Kasza gryczana gotowana 180 g Kompot owocowy 250 ml Surówka z kapusty kiszonej 150 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Ser żółty 30 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 517,9 Białko ogółem [g] 136,9 Tłuszcz [g] 81,4 Węglowodany ogółem [g] 329,7 Błonnik pokarmowy [g] 56,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 suma cukrów prostych [g] 84,9 Sól [g] 9,8 Cholesterol [mg] 757,1 Sód [mg] 3 255,6
	Dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Kasza manna na mleku 400 ml (MLE, GLU) Pomidor bs 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ, GOR)		Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana 150 g (MLE, GLU) Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 100 g (GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 673,6 Białko ogółem [g] 133,6 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 356,5 Błonnik pokarmowy [g] 41,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8 suma cukrów prostych [g] 84,2 Sól [g] 10,3 Cholesterol [mg] 788,6 Sód [mg] 1 759,8

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-28 środa	Dieta łatwostrawna bezmleczna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pomidor 130 g		Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana 150 g (GLU) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 100 g (GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 138,2 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 308,3 Błonnik pokarmowy [g] 44,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 suma cukrów prostych [g] 83,3 Sól [g] 7,6 Cholesterol [mg] 569,1 Sód [mg] 2 369,4
	Dieta bogatobiałkowa	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Kasza manna na mleku 400 ml (MLE, GLU) Pomidor bs 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ, GOR)	Jogurt naturalny 150 g (MLE)	Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana 150 g (MLE, GLU) Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 100 g (GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Ser żółty 30 g (MLE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 763,6 Białko ogółem [g] 140,1 Tłuszcz [g] 91 Węglowodany ogółem [g] 365,8 Błonnik pokarmowy [g] 41,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,6 suma cukrów prostych [g] 90,5 Sól [g] 10,5 Cholesterol [mg] 800,6 Sód [mg] 3 542,8
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pomidor 130 g		Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 100 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Surówka z kapusty kiszonej 150 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 110,7 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 64,8 Węglowodany ogółem [g] 302,8 Błonnik pokarmowy [g] 55,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 suma cukrów prostych [g] 85,3 Sól [g] 7,3 Cholesterol [mg] 569,1 Sód [mg] 2 249,5

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kasza manna na mleku 400 ml (MLE, GLU) Szynka włoska 60 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Marchewka gotowana 150 g (MLE, GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 100 g (GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Warzywa pieczone 130 g szynka wiejska 60 g	Jogurtowocowy 150 ml (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 104,4 Białko ogółem [g] 117 Tłuszcz [g] 53,7 Węglowodany ogółem [g] 294,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 suma cukrów prostych [g] 45 Sól [g] 5 Cholesterol [mg] 224,6 Sód [mg] 1 293,2
Dieta twardostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kasza manna na mleku 400 ml (MLE, GLU) Szynka włoska 60 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Marchewka gotowana 150 g (MLE, GLU) Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 100 g (GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL) szynka wiejska 60 g	Jogurtowocowy 150 ml (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 113,2 Białko ogółem [g] 103,9 Tłuszcz [g] 48,2 Węglowodany ogółem [g] 327,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 suma cukrów prostych [g] 66,2 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 177,6 Sód [mg] 1 436,7
Dieta papkowata	bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Kasza manna na mleku 400 ml (MLE, GLU) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JA J, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) pulpety wieprzowe rozdrobnione 100 g (GLU) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska rozdrobniona 60 g Warzywa pieczone rozdrobnione 150 g	Jogurtowocowy 150 ml (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 404,6 Białko ogółem [g] 128,7 Tłuszcz [g] 79,7 Węglowodany ogółem [g] 300,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2 suma cukrów prostych [g] 63,9 Sól [g] 9,6 Cholesterol [mg] 759,5 Sód [mg] 3 131,6

2026-01-28 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-28 środa	Dieta papkowata bez cukru	bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Jogurt 150 ml (MLE) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) pulpety wieprzowe rozdrobnione 100 g (GLU) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska rozdrobniona 60 g Warzywa pieczone rozdrobnione 150 g	Jogurtowocowy 150 ml (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 237,6 Białko ogółem [g] 124,9 Tłuszcz [g] 75,3 Węglowodany ogółem [g] 266 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 suma cukrów prostych [g] 58,3 Sól [g] 9,3 Cholesterol [mg] 743,5 Sód [mg] 3 048,1
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)		zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurtowocowy 150 ml (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 1 532,1 Białko ogółem [g] 66,2 Tłuszcz [g] 61,5 Węglowodany ogółem [g] 189,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 suma cukrów prostych [g] 65,4 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 433,2 Sód [mg] 527,7
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)	Sok pomidorowy 200 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurtowocowy 150 ml (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 1 551,1 Białko ogółem [g] 67,1 Tłuszcz [g] 61,7 Węglowodany ogółem [g] 193,3 Błonnik pokarmowy [g] 36 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 suma cukrów prostych [g] 68,2 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 433,2 Sód [mg] 535,7

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-28 środa	Dieta eliminacyjna wegetariańska	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Kasza manna na mleku 400 ml (MLE, GLU) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ, GOR) Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml Surówka z kapusty kiszonej 150 g Potrawka z soczewicy czerwonej warzywami 150 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU)	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Hummus z suszonymi pomidorami 90 g (SEZ) Sałata jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Ser żółty 30 g (MLE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 535,7 Białko ogółem [g] 107,8 Tłuszcz [g] 71,1 Węglowodany ogółem [g] 393,5 Błonnik pokarmowy [g] 72,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 suma cukrów prostych [g] 104,4 Sól [g] 9,3 Cholesterol [mg] 658,8 Sód [mg] 3 324,7
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ, GOR) Pomidor bs 130 g		Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 100 g (GLU) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Surówka z kapusty kiszonej 150 g	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Ser żółty 30 g (MLE) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 101,4 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 117,5 Węglowodany ogółem [g] 178,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 suma cukrów prostych [g] 75,6 Sól [g] 9,5 Cholesterol [mg] 734,9 Sód [mg] 3 067,2
	Dieta niskobiałkowa	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Pasta wielowarzywna 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Potrawka z soczewicy czerwonej warzywami 100 g Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 150 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Hummus z suszonymi pomidorami 60 g Sałatka jarzynowa dietetyczna 100 g (SEL)	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 464,8 Białko ogółem [g] 38,4 Tłuszcz [g] 42,4 Węglowodany ogółem [g] 253,8 Błonnik pokarmowy [g] 46,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 suma cukrów prostych [g] 78,1 Sól [g] 5,3 Cholesterol [mg] 89,9 Sód [mg] 1 945,5

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-01-28 środa	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kasza manna na mleku 400 ml (MLE, GLU) Szynka włoska 60 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Pomidor bs 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 100 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Marchewka gotowana 150 g (MLE, GLU) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g Warzywa pieczone 130 g	Jogurtowocowy 150 ml (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 396,8 Białko ogółem [g] 126,5 Tłuszcz [g] 75,4 Węglowodany ogółem [g] 309,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 suma cukrów prostych [g] 60,1 Sól [g] 5,2 Cholesterol [mg] 294,2 Sód [mg] 1 415,7
	Dieta eliminacyjna wegańska	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Pasta wielowarzywna 110 g Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Kompot owocowy 250 ml Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Potrawka z soczewicy czerwonej warzywami 150 g Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Hummus z suszonymi pomidorami 90 g (SEZ) Warzywa pieczone 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 990,8 Białko ogółem [g] 69,4 Tłuszcz [g] 47,9 Węglowodany ogółem [g] 346,5 Błonnik pokarmowy [g] 67,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 suma cukrów prostych [g] 101,3 Sól [g] 6,1 Cholesterol [mg] 94,8 Sód [mg] 2 023,8

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-28 środa	Dieta bogatobiałkowa	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Kasza manna na mleku 400 ml (MLE, GLU) Pomidor 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ, GOR)		Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml Surówka z kapusty kiszonej 150 g Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 100 g (GLU) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU)	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Ser żółty 30 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 628,3 Białko ogółem [g] 136,6 Tłuszcz [g] 84,1 Węglowodany ogółem [g] 357,9 Błonnik pokarmowy [g] 56 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 suma cukrów prostych [g] 91,9 Sól [g] 10,1 Cholesterol [mg] 773,1 Sód [mg] 3 350,3
	Dieta ubogoenergetyczna	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Kasza manna na mleku 400 ml (MLE, GLU) Szynka włoska 60 g Pomidor bs 130 g		Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 150 g Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 100 g (GLU)	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g Warzywa pieczone 130 g	Jogurt owocowy 150 ml (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 821 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 43,4 Węglowodany ogółem [g] 262,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 suma cukrów prostych [g] 50,1 Sól [g] 4,4 Cholesterol [mg] 197,1 Sód [mg] 1 069,3
	Dieta papkowata bezmleczna	bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml pasta z jajka z natką pietruszki b/ml 110 g (JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) pulpety wieprzowe rozdrobnione 100 g (GLU) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska rozdrobniona 60 g Warzywa pieczone rozdrobnione 150 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 959,8 Białko ogółem [g] 102,7 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 244,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 suma cukrów prostych [g] 49,4 Sól [g] 9,1 Cholesterol [mg] 723,5 Sód [mg] 2 943,3

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-28 środa	Dieta papkowata bogatobiałkowa	bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Kasza manna na mleku 400 ml (MLE, GLU) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE)	Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) pulpety wieprzowe rozdrobnione 100 g (GLU) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska rozdrobniona 60 g Warzywa pieczone rozdrobnione 150 g	Jogurtowocowy 150 ml (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 494,6 Białko ogółem [g] 135,2 Tłuszcz [g] 82,7 Węglowodany ogółem [g] 310,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38 suma cukrów prostych [g] 70,2 Sól [g] 9,8 Cholesterol [mg] 771,5 Sód [mg] 3 226,1
	Dieta płynna wzmocniona bezmleczna	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL)		zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 073,4 Białko ogółem [g] 37,6 Tłuszcz [g] 35,6 Węglowodany ogółem [g] 174,6 Błonnik pokarmowy [g] 48,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1 suma cukrów prostych [g] 51,4 Sól [g] 1,7 Cholesterol [mg] Sód [mg] 370,4
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)	Sok pomidorowy 200 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurtowocowy 150 ml (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 551,1 Białko ogółem [g] 67,1 Tłuszcz [g] 61,7 Węglowodany ogółem [g] 193,3 Błonnik pokarmowy [g] 36 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 suma cukrów prostych [g] 68,2 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 433,2 Sód [mg] 535,7