

|                                                                                                                                                                                                                                                                         |              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Data: 23.02.2026                                                                                                                                                                                                                                                        | Poniedziałek |
| Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                               |              |
| <b>Dieta podstawowa</b><br>Płatki jęczmienne na mleku ( <b>MIPP, ZZG</b> ), dżem owocowy 40g, jajko gotowane 1szt ( <b>J</b> ), ogórek zielony 80g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), chleb pszenny 50g ( <b>ZZG</b> ), chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> ), herbata             |              |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b><br>Płatki jęczmienne na mleku ( <b>MIPP, ZZG</b> ), dżem owocowy 40g, jajko gotowane na miękko 1szt ( <b>J</b> ), sałata, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), bułka pszenna 73g ( <b>ZZG</b> ), herbata                                             |              |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Polędwica wiep. 70g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), ogórek zielony 80g, chleb razowy 125g, ( <b>ZZG</b> ) herbata b/cukru                                                                                                                     |              |
| II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                            |              |
| <b>Dieta : podstawowa</b><br>Serek waniliowy 150g ( <b>MIPP</b> )                                                                                                                                                                                                       |              |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b><br>Serek waniliowy 150g ( <b>MIPP</b> )                                                                                                                                                                                                      |              |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Serek wiejski 150g ( <b>MIPP</b> )                                                                                                                                                                                                          |              |
| Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                   |              |
| <b>Dieta : podstawowa</b><br>Biały barszcz z makaronem zabieleny śmietaną ( <b>MIPP, S, ZZG</b> ), zapiekanka z ziemniaków, kiełbasy, jaj, cebuli, pieczarek, natki pietr.sos pomidorowy ( <b>ZZG</b> ), sałata masłowa ze śmietaną ( <b>MIPP</b> ), kompot truskawkowy |              |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b><br>Biały barszcz z makaronem zabieleny zawiesiną mąki i mleka ( <b>MIPP, S, ZZG</b> ), pulpet drobiowy ( <b>ZZG, J</b> ), sos pomid., ziemniaki, sałata masłowa z jogurtem ( <b>MIPP</b> ), kompot truskawkowy                               |              |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Biały barszcz z makaronem razowym zabieleny śmietaną ( <b>MIPP, S, ZZG</b> ), pulpet drobiowy ( <b>J, ZZG</b> ), sos pomidorowy ( <b>ZZG</b> ), ziemniaki, sałata masłowa ze śmietaną ( <b>MIPP</b> ), kompot truskawkowy b/cukru           |              |
| Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                            |              |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Kanaпка z pastą z tuńczyka ( <b>J, ZZG, R</b> )                                                                                                                                                                                             |              |
| <b>Dzieci</b><br>Galaretkę owocową, biszkopty 30g ( <b>MIPP, J, ZZG</b> )                                                                                                                                                                                               |              |
| Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                 |              |
| <b>Dieta : podstawowa</b><br>Kiełbasa parówkowa na gorąco 150g ( <b>ZZG, SO</b> ), musztarda 20g ( <b>G</b> ), masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), chleb pszenny 62,5g ( <b>ZZG</b> ), jabłko 150g ( <b>J</b> ), chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> ), herbata                      |              |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                                                                              |              |

|                                                                                                                                             |        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| Kiełbasa parówkowa na gorąco 150g( <b>SO, ZZG</b> ), masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), bułka pszenna 89g ( <b>ZZG</b> ), jabłko 150g, herbata    |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                    |        |
| Kiełbasa parówkowa na gorąco ( <b>ZZG, SO</b> ), masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), jabłko 150g, chleb razowy 95g ( <b>ZZG</b> ), herbata b/cukru |        |
| Posiłek nocny                                                                                                                               |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                    |        |
| Jajo gotowane 1szt ( <b>J</b> ), sałata, chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> )                                                                    |        |
| <b>Kaloryczność:</b>                                                                                                                        |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                | 2.634  |
| d.łatwostrawna                                                                                                                              | 2.467  |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                | 2.426  |
| <b>Białko:</b>                                                                                                                              |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                | 103.86 |
| d.łatwostrawna                                                                                                                              | 119.72 |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                | 187.11 |
| <b>Tłuszcze:</b>                                                                                                                            |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                | 116.25 |
| d.łatwostrawna                                                                                                                              | 97.07  |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                | 97.22  |
| <b>Węglodowany</b>                                                                                                                          |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                | 289.16 |
| d.łatwostrawna                                                                                                                              | 300.48 |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                | 256.77 |
| <b>Warzywa:</b>                                                                                                                             |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                | 445.20 |
| d.łatwostrawna                                                                                                                              | 295.30 |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                | 375.20 |

|                                                                                                                                                                                                                |        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| Data: 24.02.2026                                                                                                                                                                                               | Wtorek |
| Śniadanie                                                                                                                                                                                                      |        |
| <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                                                        |        |
| Płatki owsiane na mleku ( <b>MIPP, ZZG</b> ), twaróg z papryką 80g ( <b>MIPP</b> ), masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ),<br>chleb pszenny 50g ( <b>ZZG</b> ), chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> ), herbata, pomarańcz 150g |        |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                     |        |
| Płatki owsiane na mleku ( <b>MIPP, ZZG</b> ), twaróg z koperkiem 80g ( <b>MIPP</b> ), masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ),<br>bułka pszenna 73g ( <b>ZZG</b> ), herbata, pomarańcz 150g                                |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                                       |        |
| Szynka drobiowa 80g, papryka 80g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), chleb razowy 125g ( <b>ZZG</b> ),<br>herbata b/cukru<br>pomarańcz 150g                                                                          |        |
| II Śniadanie                                                                                                                                                                                                   |        |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Dieta : podstawowa</b><br/> Jogurt owocowy 150g (<b>MIPP</b>)</p> <p><b>Dieta: łatwostrawna</b><br/> Jogurt owocowy 150g (<b>MIPP</b>)</p> <p><b>Dieta: cukrzycowa</b><br/> Jogurt naturalny 150g (<b>MIPP</b>)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <p><b>Dieta : podstawowa</b><br/> Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleną śmietaną (<b>MIPP, S</b>), karkówka pieczona w sosie śliwkowym (<b>ZZG, S</b>), kasza jęczmienna (<b>ZZG</b>), surówka z kapusty pekińskiej, jabłka, kukurydzy i ananasa z sosem winegret,<br/> Kisiel do picia</p> <p><b>Dieta: łatwostrawna</b><br/> Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleną mlekiem (<b>MIPP, S</b>), schab gotowany, sos koperkowy (<b>ZZG</b>), kasza jęczmienna (<b>ZZG</b>), surówka z marchwii, jabłka z jogurtem (<b>MIPP</b>), kisiel do picia</p> <p><b>Dieta: cukrzycowa</b><br/> Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleną śmietaną (<b>MIPP, S</b>), schab gotowany, sos koperkowy (<b>ZZG</b>), kasza jęczmienna (<b>ZZG</b>), surówka z kapusty pekińskiej, marchwii i jabłka z sosem winegret, kisiel do picia b/cukru</p> |
| Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <p><b>Dieta: cukrzycowa</b><br/> Naleśniki z mąki razowej (<b>ZZG, J, MIPP</b>)</p> <p><b>Dzieci</b><br/> Naleśniki z dżemem (<b>ZZG, MIPP, S</b>), sok hortex</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p><b>Dieta : podstawowa</b><br/> Krakowska 80g (<b>G</b>), masło 12,5g (<b>MIPP</b>), ogórek konserwowy 80g, chleb pszenny 62,5g (<b>ZZG</b>), chleb razowy 30g (<b>ZZG</b>), herbata owocowa</p> <p><b>Dieta: łatwostrawna</b><br/> Szunka drobiowa 80g, masło 12,5g (<b>MIPP</b>), pmidor b/ skórki 80g, masło 12,5g (<b>MIPP</b>), bułka pszenna 89g (<b>ZZG</b>), herbata owocowa</p> <p><b>Dieta: cukrzycowa</b><br/> Krakowska 80g (<b>G</b>), masło 12,5g (<b>MIPP</b>), ogórek konserwowy 80g, chleb razowy 95g (<b>ZZG</b>), herbata owocow b/cukru</p>                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p><b>Dieta: cukrzycowa</b><br/> Ser biały 50g (<b>MIPP</b>), chleb razowy 30g (<b>ZZG</b>)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|                      |        |
|----------------------|--------|
| <b>Kaloryczność:</b> |        |
| d.podstawowa         | 2.674  |
| d.łatwostrawa        | 2.157  |
| d.cukrzycowa         | 2.738  |
| <b>Białko:</b>       |        |
| d.podstawowa         | 100.74 |
| d.łatwostrawa        | 123.64 |
| d.cukrzycowa         | 139.12 |
| <b>Tłuszcze:</b>     |        |
| d.podstawowa         | 120.99 |
| d.łatwostrawa        | 69.43  |
| d.cukrzycowa         | 101.86 |
| <b>Węglowodowany</b> |        |
| d.podstawowa         | 281.02 |
| d.łatwostrawa        | 274.23 |
| d.cukrzycowa         | 330.18 |
| <b>Warzywa:</b>      |        |
| d.podstawowa         | 472.20 |
| d.łatwostrawna       | 465.30 |
| d.cukrzycowa         | 555.20 |

|                                                                                                                                                                                                                            |       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| Data: 25.02.2026                                                                                                                                                                                                           | Środa |
| Śniadanie                                                                                                                                                                                                                  |       |
| <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                    |       |
| Ryż na mleku ( <b>MIPP</b> ), polędwica wieprzowa 50g, pasta z jaj 1szt ze szczypiorkiem ( <b>J</b> ), banan 180g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), chleb pszenny 50g ( <b>ZZG</b> ), chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> ), herbata |       |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                                 |       |
| Ryż na mleku ( <b>MIPP</b> ), polędwica wieprzowa 50g, pasta z jaj 1szt z koperkiem ( <b>J</b> ), banan 180gg masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), bułka pszenna 73g ( <b>ZZG</b> ), herbata                                       |       |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                                                   |       |
| Polędwica wieprzowa 80g, ogórek zielony 80g, jabłko 150g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), chleb razowy 125g ( <b>ZZG</b> ), herbata b/cukru                                                                                   |       |
| II Śniadanie                                                                                                                                                                                                               |       |
| <b>Dieta : podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                  |       |
| Kefir 150g ( <b>MIPP</b> )                                                                                                                                                                                                 |       |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                                 |       |
| Kefir 150g ( <b>MIPP</b> )                                                                                                                                                                                                 |       |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                                                   |       |
| Kefir 150g ( <b>MIPP</b> )                                                                                                                                                                                                 |       |
| Obiad                                                                                                                                                                                                                      |       |
| <b>Dieta : podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                  |       |
| Zupa pieczarkowa z makaronem zabieleną śmietaną ( <b>ZZG, S, MIPP</b> ), biała kielbasa pieczona z cebulą ( <b>S, GO</b> ) ziemniaki z koperkiem, surówka z marchwii i jabłka z jogurtem ( <b>MIPP</b> ), kompot jabłkowy  |       |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                                 |       |
| Zupa z białych warzyw z makaronem zabieleną mlekiem ( <b>ZZG, S, MIPP</b> ), potrawka wołowa ( <b>ZZG, G</b> ), ziemniaki, marchewka gotowana, kompot jabłkowy                                                             |       |

|                                                                                                                                                                                                                |        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                                       |        |
| Zupa pieczarkowa z makaronem razowym zabieleną śmietaną ( <b>ZZG, S, MIPP</b> ), potrawka wołowa ( <b>G, ZZG</b> ), ziemniaki, surówka z marchwii i jabłka z jogurtem ( <b>MIPP</b> ), kompot jabłkowy b/cukru |        |
| Podwieczorek                                                                                                                                                                                                   |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                                       |        |
| Kanaпка z paprykarzem ( <b>ZZG, R, GO, S</b> )                                                                                                                                                                 |        |
| <b>Dzieci</b>                                                                                                                                                                                                  |        |
| Budyń na mleku z sokiem owocowym ( <b>ZZG, J, MIPP</b> ), biszkopty ( <b>ZZG, MIPP, J</b> )                                                                                                                    |        |
| Kolacja                                                                                                                                                                                                        |        |
| <b>Dieta :</b>                                                                                                                                                                                                 |        |
| <b>podstawowa</b>                                                                                                                                                                                              |        |
| Ser biały 60g ( <b>MIPP</b> ), dżem 60g, sałata, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), chleb pszenny 62,5g ( <b>ZZG</b> ), chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> ), herbata                                                     |        |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                     |        |
| Ser biały 80g ( <b>MIPP</b> ), sałata, dżem 60g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), bułka pszenna 89g ( <b>ZZG</b> ), herbata                                                                                        |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                                       |        |
| Ser biały 80g ( <b>MIPP</b> ), sałata, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), chleb razowy 95g ( <b>ZZG</b> ), herbata b/cukru                                                                                           |        |
| Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                  |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                                       |        |
| Pasta ze schabu z marchewką 80g, chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> )                                                                                                                                               |        |
| <b>Kaloryczność:</b>                                                                                                                                                                                           |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                                   | 2.519  |
| d.łatwostrawa                                                                                                                                                                                                  | 2.216  |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                                                   | 2.178  |
| <b>Białko:</b>                                                                                                                                                                                                 |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                                   | 91.34  |
| d.łatwostrawa                                                                                                                                                                                                  | 111.81 |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                                                   | 133.01 |
| <b>Tłuszcze:</b>                                                                                                                                                                                               |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                                   | 104.67 |
| d.łatwostrawa                                                                                                                                                                                                  | 60.71  |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                                                   | 69.10  |
| <b>Węglodowany</b>                                                                                                                                                                                             |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                                   | 311.77 |
| d.łatwostrawa                                                                                                                                                                                                  | 327.68 |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                                                   | 277.02 |
| <b>Warzywa:</b>                                                                                                                                                                                                |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                                   | 465.40 |
| d.łatwostrawa                                                                                                                                                                                                  | 530.40 |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                                                   | 590.30 |
| Data:26.02.2026                                                                                                                                                                                                |        |
| Czwartek                                                                                                                                                                                                       |        |
| Śniadanie                                                                                                                                                                                                      |        |
| <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                                                        |        |

Kasza manna na mleku (**ZZG, MIPP**), twaróg z tuńczykiem i szczypiorkiem 60g (**R, MIPP**), sałata, masło 12,5g (**MIPP**), chleb pszenny 50g (**ZZG**), chleb razowy 30g (**ZZG**), herbata

**Dieta: łatwostrawna**

Kasza manna na mleku (**ZZG, MIPP**), twaróg z brzoskwinia 60g (**MIPP**), sałata, masło 12,5g (**MIPP**), bułka pszenna 73g (**ZZG**), herbata

**Dieta: cukrzycowa**

Twaróg z tuńczykiem i szczypiorkiem 80g (**MIPP, R**), masło 12,5g (**MIPP**), chleb razowy 95g (**ZZG**), herbata b/cukru

## II Śniadanie

**Dieta : podstawowa**

Bułeczka maślana z budyniem (**MIPP, J, ZZG**)

**Dieta: łatwostrawna**

Bułeczka maślana z budyniem (**MIPP, J, ZZG**)

**Dieta: cukrzycowa**

Polędwica drobiowa 40g, sałata chleb razowy 30g (**ZZG**)

## Obiad

**Dieta : podstawowa**

Zupa fasolowa z ziemniakami zasmażana (**S, ZZG**), udko duszone, ryż warzywami, surówka z sałaty lodowej, pomidora, rzodkiewki z jogurtem (**MIPP**), herbata owocowa do picia

**Dieta: łatwostrawna**

Zupa z płatków jęczmiennych z ziemniakami (**ZZG, S**), udko gotowane, ryż z warzywami, sos koperkowy (**ZZG**), surówka z sałaty lodowej, marchewki, jabłka z jogutrem (**MIPP**), herbata owocowa do picia

**Dieta: cukrzycowa**

Zupa fasolowa z ziemniakami zasmażana (**S, ZZG**), udko duszone, ryż warzywami, surówka z sałaty lodowej sałat, pomidora, rzodkiewki z jogurtem (**MIPP**), herbata owocowa b/cukru do picia

## Podwieczorek

**Dieta: cukrzycowa**

Kanapka z jajkiem i ogórkiem kiszonym (**ZZG, J**)

**Dzieci**

Kanapka z jajkiem i ogórkiem kiszonym (**ZZG, J**)

## Kolacja

**Dieta :**  
**podstawowa**

Sałatka jarzynowa 180g (**J, S**), kiełbasa rawska 40g (**G**), masło 12,5g (**MIPP**), chleb pszenny 62,5g (**ZZG**), chleb razowy 30g (**ZZG**), herbata

**Dieta: łatwostrawna**

Szynka gotowana 70g, sałata, jabłko pieczone 150g, masło 12,5g (**MIPP**), bułka pszenna 89g (**ZZG**), herbata

|                                                                                                                                              |        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Kiełbasa rawska 70g ( <b>G</b> ), masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), chleb razowy 125g ( <b>ZZG</b> ), herbata b/cukru |        |
| Posiłek nocny                                                                                                                                |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Sałatka jarzynowa 180g ( <b>S, J</b> )                                                                           |        |
| <b>Kaloryczność:</b>                                                                                                                         |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                 | 2.615  |
| d.łatwostrawa                                                                                                                                | 2.466  |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                 | 2.342  |
| <b>Białko:</b>                                                                                                                               |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                 | 145.26 |
| d.łatwostrawa                                                                                                                                | 101.44 |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                 | 161.67 |
| <b>Tłuszcze:</b>                                                                                                                             |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                 | 85.03  |
| d.łatwostrawa                                                                                                                                | 75.94  |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                 | 83.62  |
| <b>Węglowodowany</b>                                                                                                                         |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                 | 358.78 |
| d.łatwostrawa                                                                                                                                | 345.85 |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                 | 285.87 |
| <b>Warzywa:</b>                                                                                                                              |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                 | 315.50 |
| d.łatwostrawa                                                                                                                                | 340.20 |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                 | 345.50 |

|                                                                                                                                                                                                                                            |        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| Data: 27.02.2026                                                                                                                                                                                                                           | Piątek |
| Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                  |        |
| <b>Dieta podstawowa</b><br>Zacierki na mleku ( <b>ZZG, MIPP</b> ), marmolada 50g, pasta z jaj 1szt z koperkiem, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ),<br>grejpfrut 200g, chleb pszenny 50g ( <b>ZZG</b> ), chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> ), herbata |        |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b><br>Zacierki na mleku ( <b>ZZG, MIPP</b> ), marmolada 50g, pasta z jaj 1szt z koperkiem ( <b>J</b> ), masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ),<br>Pomarańcza 150g, bułka pszenna 73g ( <b>ZZG</b> ), herbata                 |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Pasta z jaj 2szt z koperkiem ( <b>J</b> ), masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), grejpfrut 200g, chleb razowy 125g ( <b>ZZG</b> ), herbata b/cukru                                                                      |        |
| II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                               |        |
| <b>Dieta : podstawowa</b><br>Serek waniliowy 150g ( <b>MIPP</b> )                                                                                                                                                                          |        |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b><br>Serek waniliowy 150g ( <b>MIPP</b> )                                                                                                                                                                         |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                                                                   |        |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Serek wiejski 150g ( <b>MIPP</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p><b>Dieta : podstawowa</b><br/> Zupa ogórkowa z ryżem zabelana śmietaną (<b>S, MIPP</b>), kotlety ziemniaczane smażone na oleju (<b>ZZG, J</b>), sos pieczarkowy (<b>ZZG</b>), surówka z ogórka zielonego, pomidora, papryki, cebuli, kompot wieloowocowy</p> <p><b>Dieta: łatwostrawna</b><br/> Zupa grysikowa z ziemniakami (<b>ZZG, S</b>), pierogi z białym serem i musem truskawkowym (<b>ZZG, J, MIPP</b>), kompot wieloowocowy</p> <p><b>Dieta: cukrzycowa</b><br/> Zupa ogórkowa z ryżem brązowym zabelana śmietaną (<b>S, MIPP</b>), kotlety ziemniaczane smażone na oleju (<b>ZZG, J</b>), sos pieczarkowy (<b>ZZG</b>), surówka z ogórka zielonego, pomidora, papryki, cebuli , kompot wieloowocowy b/cukru</p> |
| Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p><b>Dieta: cukrzycowa</b><br/> Kanapka z paprykarzem (<b>R, So, G, ZZG</b>)</p> <p><b>Dzieci</b><br/> Budyń (<b>ZZG, MIPP</b>), chrupki</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p><b>Dieta : podstawowa</b><br/> Pasta z makreli wędzonej (<b>R</b>), cebuli, ogórka kiszzonego 120g, masło 12,5g (<b>MIPP</b>), chleb pszenny 62,5g (<b>ZZG</b>), chleb razowy 30g (<b>ZZG</b>), banan 180g, herbata</p> <p><b>Dieta: łatwostrawna</b><br/> Ryba gotowana w jarzynach 150g (<b>R, S</b>), banan 180g, masło 12,5g (<b>MIPP</b>), bułka pszenna 89g (<b>ZZG</b>), przenna 89g (<b>ZZG</b>), serek kanapkowy 50g (<b>MIPP</b>), herbata</p> <p><b>Dieta: cukrzycowa</b><br/> Pasta z makreli wędzonej (<b>R</b>), cebuli, ogórka kiszzonego 120g, masło 12,5g (<b>MIPP</b>), chleb razowy 95g (<b>ZZG</b>), Herbata b/cukru</p>                                                                              |
| Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p><b>Dieta: cukrzycowa</b><br/> Ser biały 50g (<b>MIPP</b>), chleb razowy 30g (<b>ZZG</b>)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Kaloryczność:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| d.podstawowa            2617                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| d.łatwostrawna           2680                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| d.cukrzycowa             2292                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Białko:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

|                      |        |
|----------------------|--------|
| d.podstawowa         | 100.05 |
| d.łatwostrawna       | 128.08 |
| d.cukrzycowa         | 112.36 |
| <b>Tłuszcze:</b>     |        |
| d.podstawowa         | 89.03  |
| d.łatwostrawna       | 72.01  |
| d.cukrzycowa         | 93.30  |
| <b>Węglodowodowy</b> |        |
| d.podstawowa         | 526.96 |
| d.łatwostrawna       | 394.26 |
| d.cukrzycowa         | 435.39 |
| <b>Warzywa:</b>      |        |
| d.podstawowa         | 700.1  |
| d.łatwostrawna       | 490.30 |
| d.cukrzycowa         | 520.20 |

|                                                                                                                                                                                                                                                          |        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| Data: 28.02.2026                                                                                                                                                                                                                                         | Sobota |
| <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                         |        |
| <b>Dieta podstawowa</b><br>Kawa inka na mleku ( <b>MIPP, ZZG</b> ), twaróg z ziołami prowansalskimi 60g ( <b>MIPP</b> ), ogonówka 60g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), banan 180, chleb pszenny 62,5g ( <b>ZZG</b> ), chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> )       |        |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b><br>Kawa inka na mleku ( <b>MIPP, ZZG</b> ), twaróg z koperkiem 60g ( <b>MIPP</b> ), ogonówka 60g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), banan 180g, bułka pszenna 89g ( <b>ZZG</b> )                                                   |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Twaróg z ziołami prowansalskimi 80g ( <b>MIPP</b> ), masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), chleb razowy 95g ( <b>ZZG</b> ), herbata b/cukru                                                                                           |        |
| <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                      |        |
| <b>Dieta : podstawowa</b><br>Ciasto drożdżowe 62,5g ( <b>MIPP, ZZG, J</b> )                                                                                                                                                                              |        |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b><br>Ciasto drożdżowe 62,5g ( <b>MIPP, ZZG, J</b> )                                                                                                                                                                             |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Ogonówka 50g, ogórek zielony 80g, chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> )                                                                                                                                                            |        |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                             |        |
| <b>Dieta : podstawowa</b><br>Zupa Koperkowa z makaronem zabieleną śmietaną ( <b>S, ZZG, MIPP</b> ), kapusta faszerowana ( <b>ZZG</b> ), sos pomidorowy, ziemniaki z koperkiem, sałatka z buraka, ogórka kiszzonego, jabłka, pora z olejem, napój miętowy |        |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b><br>Zupa koperkowa z makaronem zabieleną mlekiem ( <b>ZZG, MIPP, S</b> ), pulpet wieprzowy ( <b>ZZG, S, J</b> ), sos pomidorowy ( <b>ZZG, S, MIPP</b> ),                                                                       |        |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| ziemniaki z koperkiem, buraczki ( <b>ZZG</b> ), napój miętowy<br><b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Zupa koperkowa z makaronem razowym zabelana śmietaną ( <b>S, ZZG, MIPP</b> ), kapusta faszerowana sos pomidorowy ( <b>ZZG</b> ), ziemniaki z koperkiem, sałatka z buraka, ogórka kiszzonego, jabłka, pora z olejem, napój miętowy                                                                                                                                                                                           |        |
| Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br><b>Kanapka z pastą z tuńczyka i ogórka kiszzonego (R, ZZG)</b><br><b>Dzieci</b><br>Serek waniliowy 1szt ( <b>MIPP</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |        |
| Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |        |
| <b>Dieta : podstawowa</b><br>Polędwica drobiowa 60g, dżem owocowy 60g, pomidor 80g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), chleb pszenny 62,5g ( <b>ZZG</b> ), chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> ), herbata<br><b>Dieta: łatwostrawna</b><br>Polędwica drobiowa 60g, dżem owocowy 60g, pomidor b/ skórki 80g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), bułka pszenna 89g ( <b>ZZG</b> ), herbata<br><b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Polędwica drobiowa 80g, pomidor 80g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), chleb razowy 95g ( <b>ZZG</b> ), herbata b/cukru |        |
| Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Jajko gotowane 1szt ( <b>J</b> ), chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |        |
| <b>Kaloryczność:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 2528   |
| d.łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2489   |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 2241   |
| <b>Białko:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 97.68  |
| d.łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 105.68 |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 175.17 |
| <b>Tłuszcze:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 93.70  |
| d.łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 87.88  |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 92.42  |
| <b>Węglowodany</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 336.53 |
| d.łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 342.17 |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 254.87 |
| <b>Warzywa:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 590.20 |
| d.łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 470.30 |

|              |        |
|--------------|--------|
| d.cukrzycowa | 500.20 |
|--------------|--------|

|                                                                                                                                                                                                                                                |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Data: 01.03.2026                                                                                                                                                                                                                               | Niedziela |
| Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                      |           |
| <b>Dieta podstawowa</b><br>Polędwica sopocka 60g, ser żółty 40g <b>(MIPP)</b> , sałata, masło 12,5g <b>(MIPP)</b> , pomarańcza 150g, chleb razowy 30g <b>(ZZG)</b><br>chleb pszenny 62,5g <b>(ZZG)</b> , herbata                               |           |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b><br>Polędwica wieprzowa 60g, ser biały 60g <b>(MIPP)</b> , sałata, masło 12,5g <b>(MIPP)</b> , pomarańcz 150g,<br>bułka pszenna 89g <b>(ZZG)</b> , herbata                                                           |           |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Polędwica wieprzowa 80g, sałata, masło 12,5g <b>(MIPP)</b> , pomarańcza 150g, chleb razowy 125g <b>(ZZG)</b><br>herbata b/cukru                                                                                    |           |
| II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                   |           |
| <b>Dieta : podstawowa</b><br>Jogurt owocowy 150g <b>(MIPP)</b>                                                                                                                                                                                 |           |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b><br>Jogurt owocowy 150g <b>(MIPP)</b>                                                                                                                                                                                |           |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Jogurt naturalny 150g <b>(MIPP)</b>                                                                                                                                                                                |           |
| Obiad                                                                                                                                                                                                                                          |           |
| <b>Dieta : podstawowa</b><br>Zupa brokułowa z ziemniakami zabelana śmietaną <b>(MIPP, S)</b> , żeberko duszone w sosie własnym <b>(G)</b> , kasza pęczak <b>(ZZG)</b> , surówka z białej kapusty, jabłka, marchewki z olejem, kisiel do picia  |           |
| <b>Dieta: łatwostrawn</b><br>Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabelana mlekiem <b>(MIPP, S)</b> , gulasz drobiowo-warzywny <b>(S)</b> , kasza kuskus <b>(ZZG)</b> , surówka z marchwii i jabłka z jogurtem <b>(MIPP)</b> , kisiel do picia       |           |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Zupa brokułowa z ziemniakami zabelana śmietaną <b>(MIPP, S)</b> , żeberko duszone w sosie własnym <b>(G, ZZG)</b> ,<br>kasza pęczak, surówka z białej kapusty, jabłka, marchewki z olejem, kisiel do picia b/cukru |           |
| Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                   |           |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Kanapka z serem żółtym i sałatą <b>(ZZG, MIPP)</b>                                                                                                                                                                 |           |
| <b>Dzieci</b><br>Placki z jabłkiem <b>(ZZG, J, MIPP)</b>                                                                                                                                                                                       |           |
| Kolacja                                                                                                                                                                                                                                        |           |
| <b>Dieta : podstawowa</b><br>Szyńka drobiowa 60g, pasta z jaj 1szt <b>(J)</b> , papryki, ogórka kisz., masło 12,5g <b>(MIPP)</b> , chleb pszenny 62,5g <b>(ZZG)</b> ,<br>chleb razowy 30g <b>(ZZG)</b> , banan 180g ,herbata                   |           |

|                                                                                                                                                                                             |        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| <b>Dieta: łatwostrawna</b><br>Szynka drobiowa 60g, pasta z jaj 2szt z koperkiem ( <b>J</b> ), sałata, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), bułka pszenna 89g ( <b>ZZG</b> ),<br>banan 180g, herbata |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Pasta z jaj 1szt ( <b>J</b> ), papryki, ogórka kiszzonego, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), chleb razowy 95g ( <b>ZZG</b> ), jablko 1szt herbata b/c                |        |
| Posiłek nocny                                                                                                                                                                               |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Szynka drob.50g, chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> )                                                                                                                |        |
| <b>Kaloryczność:</b>                                                                                                                                                                        |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                | 2584   |
| d.łatwostrawna                                                                                                                                                                              | 1895   |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                                | 2625   |
| <b>Białko:</b>                                                                                                                                                                              |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                | 102.61 |
| d.łatwostrawna                                                                                                                                                                              | 136.61 |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                                | 119.28 |
| <b>Tłuszcze:</b>                                                                                                                                                                            |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                | 115.97 |
| d.łatwostrawna                                                                                                                                                                              | 50.47  |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                                | 120.78 |
| <b>Węglodowany</b>                                                                                                                                                                          |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                | 288,62 |
| d.łatwostrawna                                                                                                                                                                              | 256.28 |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                                | 281.56 |
| <b>Warzywa:</b>                                                                                                                                                                             |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                | 610.20 |
| d.łatwostrawna                                                                                                                                                                              | 615.30 |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                                | 580.30 |

|                                                                                                                                                                                                                                                      |              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Data: 02.03.2026                                                                                                                                                                                                                                     | Poniedziałek |
| Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                            |              |
| <b>Dieta podstawowa</b><br>Ryż na mleku ( <b>MIPP</b> ), marmolada 40g, jajko gotowane 1szt ( <b>J</b> ), ogórek zielony 80g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), marmolada 40g, chleb pszenny 50g ( <b>ZZG</b> ), chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> ), herbata |              |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b><br>Ryż na mleku ( <b>MIPP</b> ), marmolada 40g, jajko gotowane na miękko 1szt ( <b>J</b> ), pomidor b/skórki, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> )<br>bułka pszenna 73g ( <b>ZZG</b> ), herbata                                    |              |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Jajko gotowane 2szt ( <b>J</b> ), ogórek zielony 80g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), chleb razowy 125g ( <b>ZZG</b> ), herbata b/cukru                                                                                     |              |
| II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                         |              |
| <b>Dieta : podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                                            |              |

Serek waniliowy 150g (**MIPP**), jabłko 150g

**Dieta: łatwostrawna**

Serek waniliowy 150g (**MIPP**), jabłko 150g

**Dieta: cukrzycowa**

Serek wiejski 150g (**MIPP**), jabłko 150g

Obiad

**Dieta : podstawowa**

Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana śmietaną (**S, MIPP**), gulasz węgierski (**ZZG, G**), kasza gryczana, surówka

z selera, jabłka, ogórka kiszzonego, groszku z sosem jogurtowo-majonezowym (**MIPP, J**), kompot owocowy

**Dieta: łatwostrawna**

Zupa selerowa z ziemniakami zabelana mlekiem (**S, MIPP**), pulpet wołowy (**S, ZZG**), sos potrawkowy (**ZZG**), kasza

jaglana, buraczki z jabłkiem (**ZZG**), kompot owocowy

**Dieta: cukrzycowa**

Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana śmietaną (**S, MIPP**), gulasz węgierski (**G, ZZG**), kasza gryczana, surówka

z selera, jabłka, ogórka kiszzonego, groszku z sosem jogurt.-majonez. (**J, MIPP**), kompot owocowy b/ cukru

Podwieczorek

**Dieta: cukrzycowa**

Kanapka z paprykarzem (**R, G, ZZG**)

**Dzieci**

Kanapka z serem kanapkowym, sok Hortex (**MIPP, ZZG**)

Kolacja

**Dieta : podstawowa**

Krakowska 70g (**G**), ser kanapkowy 50g (**MIPP**), pomidor 80g , herbata

masło 12,5g (**MIPP**), chleb pszenny 62,5g (**ZZG**), chleb razowy 30g (**ZZG**), pomarańcz 150g

**Dieta: łatwostrawna**

Ogonówka 70g, serek kanapkowy 50g (**MIPP**), pomidor b/skórki 80g, masło 12,5g (**MIPP**), bułka pszenna 89g (**ZZG**)

herbata, pomarańcz 150g

**Dieta: cukrzycowa**

Krakowska 70g (**G**), pomidor 80g, masło 12,5g (**MIPP**), chleb razowy 95g (**ZZG**), herbata b/cukru, pomarańcz 150g

Posiłek nocny

**Dieta: cukrzycowa**

Serek kanapkowy 50g (**MIPP**), chleb razowy 30g (**ZZG**), papryka czerwona 80g

**Kaloryczność:**

d.podstawowa 2732

d.łatwostrawna 2485

d.cukrzycowa 2596

**Białko:**

d.podstawowa 114.40

d.łatwostrawa 113.39

|                    |        |
|--------------------|--------|
| d.cukrzycowa       | 118.75 |
| <b>Tłuszcze:</b>   |        |
| d.podstawowa       | 111.76 |
| d.łatwostrawna     | 80.33  |
| d.cukrzycowa       | 114.17 |
| <b>Węglowodany</b> |        |
| d.podstawowa       | 331.76 |
| d.łatwostrawna     | 340.91 |
| d.cukrzycowa       | 297.39 |
| <b>Warzywa:</b>    |        |
| d.podstawowa       | 820.10 |
| d.łatwostrawna     | 615.20 |
| d.cukrzycowa       | 820.10 |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                         |        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| Data: 03.03.2026                                                                                                                                                                                                                                                                        | Wtorek |
| <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                                        |        |
| <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                                                                                 |        |
| Kasza manna na mleku ( <b>MIPP, ZZG</b> ), pasta z twarogu i szynki drobiowej ze szczypiorkiem 60g ( <b>MIPP</b> ), dżem 60g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), pomarańcz 150g, chleb pszenny 50g ( <b>ZZG</b> ) ( <b>ZZG</b> ), chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> ), herbata                    |        |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                                                                                              |        |
| Kasza manna na mleku ( <b>MIPP, ZZG</b> ), pasta z twarogu i szynki drobiowej z koperkiem 60g ( <b>MIPP</b> ), dżem 60g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), pomarańcz 150g, bułka pszenna 73g ( <b>ZZG</b> ), herbata                                                                         |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                                                                                                                |        |
| Szynka drobiowa 60g, twaróg ze szczypiorkiem 60g ( <b>MIPP</b> ), masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), grejpfrut 200g,, Chleb razowy 125g ( <b>ZZG</b> ), herbata b/cukru                                                                                                                       |        |
| <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                                     |        |
| <b>Dieta : podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                                                                               |        |
| Jogurt owocowy 150g ( <b>MIPP</b> )                                                                                                                                                                                                                                                     |        |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                                                                                              |        |
| Jogurt owocowy 150g ( <b>MIPP</b> )                                                                                                                                                                                                                                                     |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                                                                                                                |        |
| Jogurt naturalny 150g ( <b>MIPP</b> )                                                                                                                                                                                                                                                   |        |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                                            |        |
| <b>Dieta : podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                                                                               |        |
| Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami ( <b>S</b> ), zapiekanka z makaronu, kielbasy, pieczarek zapiekanka z makaronu, jaj, sos pomidorowy ( <b>ZZG, J</b> ), surówka z sałaty lodowej, ogórka zielonego, rzodkiewki i szczypioru, ze śmietaną ( <b>MIPP</b> ), kompot wieloowocowy |        |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                                                                                              |        |
| Zupa z płatków jęczmiennych z ziemniakami ( <b>S, ZZG</b> ), potrawka drobiowa ( <b>ZZG</b> ) , makaron ( <b>ZZG</b> ), sałata lodowa, z sosem jogurtowym ( <b>MIPP</b> ), kompot wieloowocowy                                                                                          |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                                                                                                                |        |
| Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami ( <b>S</b> ), potrawka drobiowa ( <b>ZZG</b> ), makaron razowy ( <b>ZZG</b> ), surówka z sałaty lodowej, ogórka zielonego, rzodkiewki, szczypioru ze śmietaną ( <b>MIPP</b> ), kompot                                                        |        |

|                                                                                                                                                                              |        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| wielowocowy b/cukru                                                                                                                                                          |        |
| Podwieczorek                                                                                                                                                                 |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                     |        |
| Kanapka z polędwicą sopocką i sałatą (ZZG)                                                                                                                                   |        |
| <b>Dzieci</b>                                                                                                                                                                |        |
| Placuszki bananowe (MIPP, ZZG, J), sok Hortex                                                                                                                                |        |
| Kolacja                                                                                                                                                                      |        |
| <b>Dieta : podstawowa</b>                                                                                                                                                    |        |
| Paszтет wieprzowy 100g (J, ZZG, S) , ogórek kiszony 80g, pasta z zielonego groszku i pora 60g, masło 12,5g (MIPP) chleb pszenny 62,5g (ZZG), chleb razowy 30g (ZZG), herbata |        |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b>                                                                                                                                                   |        |
| Polędwica sopocka 60g, sałata, miód sztuczny 50g, masło 12,5g (MIPP), bułka pszenna 89g (ZZG), herbata                                                                       |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                     |        |
| Paszтет wieprzowy 100g (J, ZZG, S), ogórek kiszony 80g, masło 12,5g (MIPP), chleb razowy 95g (ZZG), herbata b/cukru                                                          |        |
| Posiłek nocny                                                                                                                                                                |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                     |        |
| Pasta z zielonego groszku i pora (J), chleb razowy 30g (ZZG), sałata                                                                                                         |        |
| <b>Kaloryczność:</b>                                                                                                                                                         |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                 | 2576   |
| d.łatwostrawna                                                                                                                                                               | 2429   |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                 | 2371   |
| <b>Białko:</b>                                                                                                                                                               |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                 | 99.83  |
| d.łatwostrawna                                                                                                                                                               | 114.57 |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                 | 125.30 |
| <b>Tłuszcze:</b>                                                                                                                                                             |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                 | 108.92 |
| d.łatwostrawna                                                                                                                                                               | 64.23  |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                 | 98.44  |
| <b>Węglowodany</b>                                                                                                                                                           |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                 | 306.51 |
| d.łatwostrawna                                                                                                                                                               | 363.38 |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                 | 262.59 |
| <b>Warzywa:</b>                                                                                                                                                              |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                 | 715.40 |

|                                                                                                                                                                                     |       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| Data: 04.03.2026                                                                                                                                                                    | Środa |
| Śniadanie                                                                                                                                                                           |       |
| <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                             |       |
| Kasza jęczmienna na mleku (MIPP, ZZG), szynka konserwowa 60g, ser żółty 40g (MIPP), masło 12,5g (MIPP), pomidor 80g, chleb pszenny 50g (ZZG) (ZZG), chleb razowy 30g (ZZG), herbata |       |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b>                                                                                                                                                          |       |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| <p>Kasza jęczmienna na mleku (<b>ZZG, MIPP</b>), szynka konserwowa 60g, ser biały 50g (<b>MIPP</b>), masło 12,5g (<b>MIPP</b>)<br/> pomidor b/skórki 80g, bułka pszenna 73g(<b>ZZG</b>) herbata</p> <p><b>Dieta: cukrzycowa</b></p> <p>Szynka konserwowa 80g, masło 12,5g (<b>MIPP</b>), pomidor 80g, chleb razowy 125g (<b>ZZG</b>)<br/> herbata b/cukru</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |      |
| II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |      |
| <p><b>Dieta : podstawowa</b></p> <p>kefir 150g (<b>MIPP</b>), jabłko 150g</p> <p><b>Dieta: łatwostrawna</b></p> <p>Kefir 150g (<b>MIPP</b>), jabłko 150</p> <p><b>Dieta: cukrzycowa</b></p> <p>kefir 150g (<b>MIPP</b>), jabłko 150g</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |      |
| Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |      |
| <p><b>Dieta : podstawowa</b></p> <p>Zupa pomidorowa z makaronem zabelana śmietaną (<b>S, MIPP, ZZG</b>), kotlet schabowy smażony na oleju (<b>J, ZZG</b>),<br/> ziemniaki z koperkiem, kapusta zasmażana (<b>ZZG</b>), napój miętowy</p> <p><b>Dieta: łatwostrawna</b></p> <p>Zupa pomidorowa z zmakaronem zabelana mlekiem (<b>S, MIPP, ZZG</b>), schab gotowany, sos koperkowy (<b>ZZG</b>),<br/> ziemniaki, kalafior z bułką tartą (<b>ZZG</b>) , napój miętowy</p> <p><b>Dieta: cukrzycowa</b></p> <p>Zupa pomidorowa z makaronem razowym zabelana śmietaną (<b>S, MIPP, ZZG</b>), schab gotowany, sos<br/> koperkowy (<b>ZZG</b>), ziemniaki, kapusta zasmażana (<b>ZZG</b>), napój miętowy</p> |      |
| Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |      |
| <p><b>Dieta: cukrzycowa</b></p> <p>Kanapka z twarogiem i szczypiorkiem (<b>MIPP, ZZG</b>)</p> <p><b>Dzieci</b></p> <p>Budyń (<b>MIPP, ZZG</b>), herbatniki (<b>J, MIPP, ZZG</b>)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |      |
| Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |      |
| <p><b>Dieta : podstawowa</b></p> <p>Pasta drobiowo-warzywna 80g, jajko gotowane 1szt (<b>J</b>), sałata, kiełki,<br/> masło 12,5g (<b>MIPP</b>), chleb pszenny 62g (<b>ZZG</b>), chleb razowy 30g (<b>ZZG</b>), herbata</p> <p><b>Dieta: łatwostrawna</b></p> <p>Jaja gotowane na miękko 2szt (<b>J</b>), pasta drobiowo-warzywna 60g, kiełki, sałata, masło 12,5g (<b>MIPP</b>),<br/> bułka pszenna 89g (<b>ZZG</b>), herbata</p> <p><b>Dieta: cukrzycowa</b></p> <p>Jaja gotowane 2szt (<b>J</b>), sałata, masło 12,5g (<b>MIPP</b>), chleb razowy 95g (<b>ZZG</b>), herbata b/cukru</p>                                                                                                           |      |
| Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |      |
| <p><b>Dieta: cukrzycowa</b></p> <p>Pasta drobiowo-warzywna 80g, chleb razowy 30g (<b>ZZG</b>), kiełki</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |      |
| <b>Kaloryczność:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |      |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 2764 |
| d.łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2311 |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 2296 |

|                    |        |
|--------------------|--------|
| <b>Białko:</b>     |        |
| d.podstawowa       | 127.78 |
| d.łatwostrawna     | 140.01 |
| d.cukrzycowa       | 133.27 |
| <b>Tłuszcze:</b>   |        |
| d.podstawowa       | 132.81 |
| d.łatwostrawna     | 107.58 |
| d.cukrzycowa       | 116.23 |
| <b>Węglowodany</b> |        |
| d.podstawowa       | 313.87 |
| d.łatwostrawna     | 281.05 |
| d.cukrzycowa       | 281.67 |
| <b>Warzywa:</b>    |        |
| d.podstawowa       | 530.40 |
| d.łatwostrawna     | 520.40 |

|                                                                                                                                                                                                                                                       |          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| Data: 05.03.2026                                                                                                                                                                                                                                      | Czwartek |
| Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                             |          |
| <b>Dieta podstawowa</b><br>Płatki jęczmienne na mleku ( <b>MIPP, ZZG</b> ), twaróg z ogórkiem zielonym 70g ( <b>MIPP</b> ), lunch meat 40g , masło 12,5g ( <b>MIPP</b> )<br>kiwi 1szt, chleb pszenny 50g (ZZG) (ZZG), chleb razowy 30g (ZZG), herbata |          |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b><br>Płatki jęczmienne na mleku ( <b>ZZG, MIPP</b> ), twarożek z koperkiem 70g ( <b>MIPP</b> ), polędwica wieprzowa 40g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), pomarańcz 150g, bułka pszenna 73g ( <b>ZZG</b> ), herbata              |          |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Twrożek z koperkiem 80g ( <b>MIPP</b> ), masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), pomarańcz 150g, chleb razowy 95g ( <b>ZZG</b> ), herbata b/c                                                                                        |          |
| II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                          |          |
| <b>Dieta : podstawowa</b><br>Bułeczka maślana z budyniem ( <b>MIPP, J, ZZG</b> )                                                                                                                                                                      |          |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b><br>Bułeczka maślana z budyniem ( <b>MIPP, J, ZZG</b> )                                                                                                                                                                     |          |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Polędwica wieprzowa 40g, ogórek zielony 80g, chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> )                                                                                                                                              |          |
| Obiad                                                                                                                                                                                                                                                 |          |
| <b>Dieta : podstawowa</b><br>Zupa grochowa z ziemniakami zasmażana ( <b>ZZG, S</b> ), gulasz wieprzowy ( <b>ZZG</b> ), kasza jęczmienna ( <b>ZZG</b> ), surówka z sałaty lodowej<br>jabłka, marchwii z jogurtem ( <b>MIPP</b> ), kompot jabłkowy      |          |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b><br>Krupnik ryżowy z ziemniakami ( <b>S</b> ), sos mięsno-warzywny, kasza jęczmienna ( <b>ZZG</b> ), surówka z sałaty lodowej, marchewki, jabłka z jogurtem ( <b>MIPP</b> ), kompot jabłkowy                                |          |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Zupa grochowa z ziemniakami zasmażana ( <b>S, ZZG</b> ), sos mięsno-warzywny, kasza jęczmienna ( <b>ZZG</b> ), surówka                                                                                                    |          |

z sałaty lodowej, jabłka, marchewki z jogurtem **(MIPP)**, kompot jabłkowy b/cukru

Podwieczorek

**Dieta: cukrzycowa**

Kanapka z serem żółtym i sałatą **(ZZG, MIPP)**

**Dzieci**

Kisiel, chrupki kukurydziane

Kolacja

**Dieta : podstawowa**

Marmolada 40g, szynka drobiowa 60g, papryka 80g, masło 12,5g **(MIPP)**, chleb pszenny 62,5g **(ZZG)**, chleb razowy 30g **(ZZG)**, herbata

**Dieta: łatwostrawna**

Marmolada 40g, szynka drobiowa 60g, sałata, masło 12,5g **(MIPP)**, bułka pszenna 89g **(ZZG)**, , herbata

**Dieta: cukrzycowa**

Szynka drobiowa 80g, papryka 80g, masło 12,5g **(MIPP)**, chleb razowy 95g **(ZZG)**, herbata b/cukru

Posiłek nocny

**Dieta: cukrzycowa**

Jajko gotowane 1szt **(J)**, chleb razowy 30g **(ZZG)**, pomidor 80 g

**Kaloryczność:**

d.podstawowa 2729

d.łatwostrawna 2515

d.cukrzycowa 2440

**Białko:**

d.podstawowa 105.71

d.łatwostrawna 106.16

d.cukrzycowa 124.16

**Tłuszcze:**

d.podstawowa 91.56

d.łatwostrawna 81.45

d.cukrzycowa 91.13

**Węglowodany**

d.podstawowa 377.36

d.łatwostrawna 354.34

d.cukrzycowa 298.03

**Warzywa:**

d.podstawowa 460.01

d.łatwostrawna 420.30

d.cukrzycowa 600.30

Data: 06.03.2026

Piątek

Śniadanie

**Dieta podstawowa**

Kasza jaglana na mleku **(MIPP)**, ser żółty 50g **(MIPP)**, dżem 50g, masło 12,5g **(MIPP)**, pomarańcz 150g

chleb pszenny 50g (ZZG) (ZZG), chleb razowy 30g (ZZG), herbata

**Dieta: łatwostrawna**

Kasza jaglana na mleku (MIPP), jajko gotowane na miękko 1szt (J), dżem 50g, sałata, masło 12,5g (MIPP), pomarańcz 150g, bułka pszenna 73g (ZZG), herbata 73g

**Dieta: cukrzycowa**

Ser żółty 70g (MIPP), masło 12,5g (MIPP), pomarańcz 150g, chleb razowy 125g (ZZG), herbata b/cukru

II Śniadanie

**Dieta : podstawowa**

Serek waniliowy 150g (MIPP))

**Dieta: łatwostrawna**

Serek waniliowy 150g (MIPP)

**Dieta: cukrzycowa**

Serek wiejski 150g (MIPP)

Obiad

**Dieta : podstawowa**

Zupa pieczarkowa z makaronem zabieleną śmietaną (S, MIPP, ZZG), kotlet z jaj smażony na oleju (J, ZZG), ziemniaki z koperkiem, buraczki z jabłkiem (ZZG), kisiel do picia

**Dieta: łatwostrawna**

Zupa owocowa z makaronem (ZZG), filet pieczony gotowany w jarzynach (R, S), ziemniaki z koperkiem buraczki z jabłkiem (ZZG), kisiel owocowy do picia

**Dieta: cukrzycowa**

Zupa pieczarkowa z makaronem razowym zabieleną śmietaną (S MIPP, ZZG), kotlet z jaj smażony na oleju (J, ZZG), ziemniaki z koperkiem, surówka z kiszanej kapusty, marchwii, jabłka z olejem, kisiel b/cukru do picia

Podwieczorek

**Dieta: cukrzycowa**

Kanapka z pastą z tuńczyka i szczypiorku (ZZG, R, J)

**Dzieci**

Ciasto drożdżowe (MIPP, ZZG, J), kakao

Kolacja

**Dieta : podstawowa**

Paprykarz 60g (R, G), ogórek zielony 80g, ser biały 60g (MIPP), masło 12,5g (MIPP), chleb pszenny 62,5g (ZZG), chleb razowy 30g (ZZG), herbata

**Dieta: łatwostrawna**

Miód 60g, ser biały 60g (MIPP), sałata, masło 12,5g (MIPP), bułka 73g (ZZG), herbata

**Dieta: cukrzycowa**

Paprykarz 60g (R, G), ogórek zielony 80g, masło 12,5g (MIPP), chleb razowy 95g (ZZG), herbata

Posiłek nocny

**Dieta: cukrzycowa**

Ser biały 60g (MIPP), chleb razowy 30g (ZZG), pomidor

**Kaloryczność:**

|                    |        |
|--------------------|--------|
| d.podstawowa       | 2534   |
| d.łatwostrawna     | 2259   |
| d.cukrzycowa       | 2322   |
| <b>Białko:</b>     |        |
| d.podstawowa       | 98.48  |
| d.łatwostrawna     | 101.51 |
| d.cukrzycowa       | 163.19 |
| <b>Tłuszcze:</b>   |        |
| d.podstawowa       | 98.39  |
| d.łatwostrawna     | 54.25  |
| d.cukrzycowa       | 97.82  |
| <b>Węglowodany</b> |        |
| d.podstawowa       | 316.80 |
| d.łatwostrawna     | 349.44 |
| d.cukrzycowa       | 267.23 |
| <b>Warzywa:</b>    |        |
| d.podstawowa       | 410.30 |
| d.łatwostrawna     | 375.20 |

|                                                                                                                                                                                                               |        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| Data: 07.03.2026                                                                                                                                                                                              | Sobota |
| Śniadanie                                                                                                                                                                                                     |        |
| <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                                                       |        |
| Kawa inka na mleku ( <b>ZZG, MIPP</b> ), twaróg z rzodkiewką 60 ( <b>MIPP</b> )g, szynka gotowana 40g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), banan 1szt,                                                               |        |
| sałata, chleb pszenny 50g ( <b>ZZG</b> ), chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> )                                                                                                                                     |        |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                    |        |
| Kawa inka na mleku ( <b>ZZG, MIPP</b> ), twaróg 60g ( <b>MIPP</b> ), szynka gotowana 60g, sałata, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), banan szt                                                                      |        |
| bułka pszenna 89g ( <b>ZZG</b> )                                                                                                                                                                              |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                                      |        |
| Twaróg z rzodkiewką 80g ( <b>MIPP</b> ), masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), jabłko 150g, chleb razowy 95g ( <b>ZZG</b> ), herbata b/cukru                                                                           |        |
| II Śniadanie                                                                                                                                                                                                  |        |
| <b>Dieta : podstawowa</b>                                                                                                                                                                                     |        |
| Ciasto drożdżowe 50g ( <b>MIPP, ZZG, J</b> )                                                                                                                                                                  |        |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                    |        |
| Ciasto drożdżowe 50g ( <b>MIPP, ZZG, J</b> )                                                                                                                                                                  |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                                      |        |
| Szynka gotowana 50g, sałata, chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> )                                                                                                                                                  |        |
| Obiad                                                                                                                                                                                                         |        |
| <b>Dieta : podstawowa</b>                                                                                                                                                                                     |        |
| Żurek z ziemniakami zabieleny śmietaną ( <b>ZZG, S, MIPP</b> ), żeberko pieczone po cygańsku ( <b>ZZG, G</b> ), ryż paraboliczny, surówka z kapusty pekińskiej, marchwii, jabłka z olejem, kompot truskawkowy |        |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                    |        |
| Biały barszcz z ziemniakami zabieleny mlekiem ( <b>S, ZZG, MIPP</b> ), potrawka wołowa ( <b>ZZG, S</b> ), ryż parab., sałata z sosem i jogurtowym ( <b>MIPP</b> ), kompot truskawkowy                         |        |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Żurek z ziemniakami zabielały śmietaną ( <b>S, MIPP, ZZG</b> ), żeberko po cygańsku ( <b>ZZG, G</b> ), ryż brązowy, surówka z kapusty pekińskiej, marchwii, jabłka z olejem, kompot truskawkowy b/cukru                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |        |
| Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Jogurt naturalny 1szt ( <b>MIPP</b> )<br><b>Dzieci</b><br>Jogurt owocowy 1szt ( <b>MIPP</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |        |
| Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |        |
| <b>Dieta : podstawowa</b><br>Pasta z jaj 1szt ze szczypiorkiem ( <b>J</b> ), polędwica drobiowa 60g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), chleb pszenny 62,5g ( <b>ZZG</b> ), chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> ), herbata<br><b>Dieta: łatwostrawna</b><br>Pasta z jaj 1szt z koperkiem ( <b>J</b> ), pol. drobiowa 60g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), jabłko 150g, bułka pszenna 89g ( <b>ZZG</b> ),<br><b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Pasta z jaj 1szt ze szczypiorkiem ( <b>J</b> ), masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), chleb razowy 95g ( <b>ZZG</b> ), herbata b/cukru |        |
| Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |        |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b><br>Polędwica drobiowa 50g, chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> ), papryka 80 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |        |
| <b>Kaloryczność:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2785   |
| d.łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 2217   |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2584   |
| <b>Białko:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 101.13 |
| d.łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 114.02 |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 110.88 |
| <b>Tłuszcze:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 126.76 |
| d.łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 68.19  |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 124.13 |
| <b>Węglowodany</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 348.58 |
| d.łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 307.89 |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 309.17 |
| <b>Warzywa:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |        |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 490.40 |
| d.łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 445.30 |
| d.cukrzycowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 460.40 |

|                                                                                                                                              |           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Data: 08.03.2026                                                                                                                             | Niedziela |
| Śniadanie                                                                                                                                    |           |
| <b>Dieta podstawowa</b><br>Baleron wieprzowy 60g, ser topiony 50g ( <b>MIPP</b> ), pomidor 80g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), pomarańcz 150g, |           |

|                                                                                                                                                                                                                    |      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| chleb pszenny 62,5g ( <b>ZZG</b> ), chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> ), herbata                                                                                                                                       |      |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                         |      |
| Ogonówka wieprzowa 60g, serek kanapkowy 50g ( <b>MIPP</b> ), pomidor b/skórki, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), ,<br>pomarańcza 150g, bułka pszenna 89g ( <b>ZZG</b> ), herbata                                        |      |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                                           |      |
| Ogonówka wieprzowa 70g, pomidor 80g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), pomarańcz 150g, chleb razowy 125g ( <b>ZZG</b> ),<br>herbata b/cukru                                                                             |      |
| II Śniadanie                                                                                                                                                                                                       |      |
| <b>Dieta : podstawowa</b>                                                                                                                                                                                          |      |
| Jogurt owocowy 150g ( <b>MIPP</b> )                                                                                                                                                                                |      |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                         |      |
| Jogurt owocowy 150g ( <b>MIPP</b> )                                                                                                                                                                                |      |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                                           |      |
| Jogurt naturalny 150g ( <b>MIPP</b> )                                                                                                                                                                              |      |
| Obiad                                                                                                                                                                                                              |      |
| <b>Dieta : podstawowa</b>                                                                                                                                                                                          |      |
| Rosół drobiowy z makaronem ( <b>S, ZZG</b> ), udko z kurczaka pieczone, ziemniaki z koperkiem,<br>surówka z marchwii, jabłka z jogurtem ( <b>MIPP</b> ), kompot jabłkowy                                           |      |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                         |      |
| Zupa koperkowa z makaronem zabiela na mlekiem ( <b>S, MIPP, ZZG</b> ), udko z kurczaka gotowane, ziemniaki z<br>koperkiem, surówka z marchwii, jabłka z jogurtem ( <b>MIPP</b> ), kompot jabłkowy                  |      |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                                           |      |
| Zupa koperkowa z makaronem razowym zabiela na śmietaną ( <b>MIPP, ZZG, S</b> ), udko z kurczaka gotowane,<br>Ziemniaki z koperkiem, surówka z marchwii, jabłka z jogurtem ( <b>MIPP</b> ), kompot jabłkowy b/cukru |      |
| Podwieczorek                                                                                                                                                                                                       |      |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                                           |      |
| Kanapka z jajkiem i sałatą ( <b>ZZG, J</b> )                                                                                                                                                                       |      |
| <b>Dzieci</b>                                                                                                                                                                                                      |      |
| Kanapka z jajkiem i sałatą ( <b>ZZG, J</b> )                                                                                                                                                                       |      |
| Kolacja                                                                                                                                                                                                            |      |
| <b>Dieta : podstawowa</b>                                                                                                                                                                                          |      |
| Dżem owocowy 60g, pasztet drobiowy 80g ( <b>ZZG, SO</b> ), papryka 80g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), chleb pszenny 62,5g ( <b>ZZG</b> ),<br>chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> ), herbata                               |      |
| <b>Dieta: łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                         |      |
| Dżem owocowy 60g, szynka drobiowa 60g, sałata, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), bułka pszenna 89g ( <b>ZZG</b> ), herbata                                                                                              |      |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                                           |      |
| Pasztet drobiowy 80g ( <b>ZZG, SO, J</b> ), papryka 80g, masło 12,5g ( <b>MIPP</b> ), chleb razowy 95g ( <b>ZZG</b> ), herbata b/ cukru                                                                            |      |
| Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                      |      |
| <b>Dieta: cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                                           |      |
| Ser biały 50g ( <b>MIPP</b> ), chleb razowy 30g ( <b>ZZG</b> ), ogórek zielony 80g                                                                                                                                 |      |
| <b>Kaloryczność:</b>                                                                                                                                                                                               |      |
| d.podstawowa                                                                                                                                                                                                       | 2318 |
| d.łatwostrawna                                                                                                                                                                                                     | 2126 |

|                    |        |
|--------------------|--------|
| d.cukrzycowa       | 2225   |
| <b>Białko:</b>     |        |
| d.podstawowa       | 88.52  |
| d.łatwostrawna     | 92.38  |
| d.cukrzycowa       | 114.26 |
| <b>Tłuszcze:</b>   |        |
| d.podstawowa       | 98.26  |
| d.łatwostrawa      | 80.36  |
| d.cukrzycowa       | 82.08  |
| <b>Węglowodany</b> |        |
| d.podstawowa       | 279.07 |
| d.łatwostrawna     | 278.37 |
| d.cukrzycowa       | 276.10 |
| <b>Warzywa:</b>    |        |
| d.podstawowa       | 550.20 |
| d.łatwostrawna     | 435.20 |
| d.cukrzycowa       | 545.20 |