

Data:	09.03.2025	Poniedziałek
Śniadanie		
Dieta podstawowa		
Płatki jęczmienne na mleku (MIPP, ZZG), dżem 50g, jajko gotowane 1szt (J), ogórek zielony 80g, masło 12,5g (MIPP), chleb pszenny 50g (ZZG), chleb razowy 30g (ZZG), herbata		
Dieta: łatwostrawna		
Płatki jęczmienne na mleku (MIPP, ZZG), dżem 50g, jajko gotowane na miękko 1szt (J), sałata, masło 12,5g (MIPP)		
bułka pszenna 73g (ZZG), herbata		
Dieta: cukrzycowa		
Jajko gotowane 2szt (J), ogórek zielony 80g, masło 12,5g (MIPP), chleb razowy 125g (ZZG), herbata b/c		
II Śniadanie		
Dieta : podstawowa		
Serek waniliowy 150g (MIPP), jabłko 150g		
Dieta: łatwostrawna		
Serek waniliowy 150g (MIPP), jabłko 150g parzone		
Dieta: cukrzycowa		
Serek wiejski 150g (MIPP), jabłko 150g		
Obiad		
Dieta : podstawowa		
Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietaną (S, MIPP), stroganow wołowy (S, ZZG, G), kasza gryczana,		
sałatka z ogórka kiszzonego, cebuli, marchwii z olejem, kompot truskawkowy		
Dieta: łatwostrawna		
Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny mlekiem (MIPP, S), gulasz wołowy (S, ZZG, G), kasza jęczmienna (ZZG),		
marchewka gotowana (ZZG), kompot truskawkowy		
Dieta: cukrzycowa		
Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietaną (S, MIPP), stroganow wołowy (S, G, ZZG), kasza gryczana,		
sałatka z ogórka kiszzonego, cebuli, marchwii z olejem, kompot truskawkowy b/cukru		
Podwieczorek		
Dieta: cukrzycowa		
Kanapka z pastą z tuńczyka (R, ZZG)		
Dzieci		
Galaretką z owocami, herbatniki (J, MIPP, ZZG)		
Kolacja		
Dieta : podstawowa		
Kiełbasa parówkowa na gorąco 150g (ZZG, SO), musztarda 20g (G), masło 12,5g (MIPP), chleb pszenny 62,5g (ZZG),		
chleb razowy 30g (ZZG), herbata		
Dieta: łatwostrawna		
Kiełbasa parówkowa na gorąco 150g (SO, ZZG), masło 12,5g (MIPP), bułka pszenna 89g (ZZG), herbata		
Dieta: cukrzycowa		
Kiełbasa parówkowa na gorąco 150g (SO, ZZG), masło 12,5g (MIPP), chleb razowy 95g (ZZG), herbata b/cukru		

Posiłek nocny
Dieta: cukrzycowa Ser biały 50g (MIPP), sałata, chleb razowy 30g (ZZG)
Kaloryczność: dieta podstawowa 2.735, łatwostrawna 2.573, cukrzycowa 2.569 Białko: dieta podstawowa 115.73, łatwostrawna 120.01, cukrzycowa 187.17 Tłuszcze: dieta podstawowa 115.32, łatwostrawna 98.37, cukrzycowa 118.73 Węglowodany: dieta podstawowa 319.85, łatwostrawna 317.60, cukrzycowa 262.05 Warzywa: dieta podstawowa 595.20, łatwostrawna 435.30, cukrzycowa 595.30

Data: 10.03.2026	Wtorek
Śniadanie	
Dieta podstawowa Kaszka kukurydziana na mleku (MIPP), twaróg z papryką 80g (MIPP), miód sztuczny 60g, masło 12,5g (MIPP), pomarańcz 150g, chleb pszenny 50g (ZZG), chleb razowy 30g (ZZG), herbata Dieta: łatwostrawna Kaszka kukurydziana na mleku (MIPP), twaróg z koperkiem 80g (MIPP), miód sztuczny 60g, masło 12,5g (MIPP), pomarańcz 150g, bułka pszenna 73g (ZZG), herbata Dieta: cukrzycowa Szynka ogonówka 80g, papryka 80g, masło 12,5g (MIPP), pomarańcz 150g, chleb razowy 125g (ZZG) herbata b/cukru	
II Śniadanie	
Dieta : podstawowa Jogurt owocowy 150g (MIPP) Dieta: łatwostrawna Jogurt owocowy 150g (MIPP) Dieta: cukrzycowa Jogurt naturalny 150g (MIPP)	
Obiad	
Dieta : podstawowa Zupa grzybowa z makaronem zabieleną śmietaną (S, MIPP, ZZG), kotlet pożarski smażony na oleju (J, ZZG), ziemniaki z koperkiem, sałatka z buraka, jabłka, ogórka kiszzonego, pora z sosem jogurtowo-majonezowym (J, MIPP), kompot wieloowocowy Dieta: łatwostrawna Biały barszcz z makaronem zabieleny mlekiem (S, MIPP, ZZG), pulpet drobiowy (J, ZZG), ziemniaki, sos koperkowy (ZZG), buraczki (ZZG), kompot wieloowocowy Dieta: cukrzycowa Zupa grzybowa z makaronem razowym zabieleną śmietaną (S, MIPP, ZZG), kotlet pożarski smażony na oleju (J, ZZG),	

ziemniaki z koperkiem, sałatka z buraka, jabłka, ogórka kiszzonego, pora z olejem, kompot wieloowocowy b/cukru
Podwieczorek
Dieta: cukrzycowa Naleśniki z mąki razowej (J, MIPP, ZZG) Dzieci Naleśniki z dżemem (J, MIPP, ZZG), sok hortex
Kolacja
Dieta : podstawowa Pasztet drobiowy 80g (SO, ZZG), masło 12,5g (MIPP), ogórek konserwowy 80g, jajko 1szt gotowane (J), chleb pszenny 62,5g (ZZG), chleb razowy 30g (ZZG), herbata Dieta: łatwostrawna Szyńka ogonówka 80g, masło 12,5g (MIPP), jajko 1szt gotowane na miękko (J), pomidor b/ skórki 80g, masło 12,5g (MIPP), bułka pszenna 89g (ZZG), herbata Dieta: cukrzycowa Pasztet drobiowy 80g (SO, ZZG), masło 12,5g (MIPP), ogórek konserwowy 80g, chleb razowy 95g (ZZG), herbata b/cukru
Posiłek nocny
Dieta: cukrzycowa Ser biały 50g (MIPP), chleb razowy 30g (ZZG)
Alergeny: mleko, jaja, cytrusy, gluten, soja, seler
Kaloryczność: dieta podstawowa 2.437, łatwostrawna 2.203, cukrzycowa 2.310 Białko: dieta podstawowa 96.15, łatwostrawna 110.47, cukrzycowa 107.82 Tłuszcze: dieta podstawowa 81.16, łatwostrawna 56.95, cukrzycowa 84.95 Węglowodany: dieta podstawowa 339.44, łatwostrawna 326.80, cukrzycowa 297.20 Warzywa: dieta podstawowa 441, łatwostrawna 400.30, cukrzycowa 501

Data:	11.03.2026	Środa
Śniadanie		
Dieta podstawowa Ryż na mleku (MIPP), polędwica wieprzowa 50g, pasta z jaj 1szt i tuńczyka 20g ze szczypiorkiem (R, J), masło 12,5g (MIPP), chleb pszenny 50g (ZZG), chleb razowy 30g (ZZG), herbata Dieta: łatwostrawna Ryż na mleku (MIPP), polędwica wieprzowa 50g, pasta z jaj 1szt (J), sałata, masło 12,5g (MIPP), bułka pszenna 73g (ZZG), herbata Dieta: cukrzycowa Polędwica wieprzowa 80g, sałata, masło 12,5g (MIPP), chleb razowy 125g (ZZG), herbata b/cukru		
II Śniadanie		
Dieta : podstawowa Kefir 150g (MIPP), banan 1szt Dieta: łatwostrawna Kefir 150g (MIPP), banan 1szt Dieta: cukrzycowa Kefir 150g (MIPP), jabłko 1szt		

Obiad		
Dieta : podstawowa Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami (S, ZZG), spaghetti z makaronem (ZZG), sałata lodowa z sosem vinegret, kisiel owocowy do picia Dieta: łatwostrawna Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami (S, ZZG), spaghetti z makaronem (ZZG), sałata lodowa z sosem jogurtowym (MIPP), kisiel owocowy do picia Dieta: cukrzycowa Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami (ZZG, S), spaghetti z makaronem razowym (ZZG), sałata lodowa z sosem vinegret, kisiel do picia b/cukru		
Podwieczorek		
Dieta: cukrzycowa Kanapka z paprykarzem (R, S, GO, ZZG) Dzieci Budyń na mleku z sokiem owocowym (MIPP, ZZG), biszkopty (J, MIPP, ZZG)		
Kolacja		
Dieta : podstawowa Ser biały 60g (MIPP), dżem 60g, masło 12,5g (MIPP), chleb pszenny 62,5g (ZZG), chleb razowy 30g (ZZG), herbata Dieta: łatwostrawna Ser biały 60g (MIPP), dżem 60g, masło 12,5g (MIPP), bułka pszenna 89g (ZZG), herbata Dieta: cukrzycowa Ser biały 80g (MIPP), masło 12,5g (MIPP), papryka 80g, chleb razowy 95g (ZZG), herbata b/cukru		
Posiłek nocny		
Dieta: cukrzycowa Pasta ze schabu z marchewką 60, chleb razowy 30g (ZZG)		
Kaloryczność: dieta podstawowa 2.489, łatwostrawna 2.472, cukrzycowa 2.351 Białko: dieta podstawowa 136.99, łatwostrawna 104.67, cukrzycowa 117.95 Tłuszcze: dieta podstawowa 83.61, łatwostrawna 82.69, cukrzycowa 84 Węglowodany: dieta podstawowa 318.85, łatwostrawna 324.92, cukrzycowa 279.63 Warzywa: dieta podstawowa 456.20, łatwostrawna 445.30, cukrzycowa 526.20		
Data:	12.03.2026	Czwartek
Śniadanie		
Dieta podstawowa Płatki jęczmienne na mleku (MIPP, ZZG), twaróg z ziołami prowansalskimi 60g (MIPP), polędwica drobiowa 40g sałata, jabłko 150g, masło 12,5g (MIPP), chleb pszenny 50g (ZZG), chleb razowy 30g (ZZG), herbata Dieta: łatwostrawna Płatki jęczmienne na mleku (ZZG, MIPP), twaróg 60g (MIPP), polędwica drobiowa 40g sałata, jabłko 150g gotowane, masło 12,5g (MIPP), bułka pszenna 73g (ZZG), herbata Dieta: cukrzycowa Twarożek z ziołami prowansalskimi 80g (MIPP), masło 12,5g (MIPP), jabłko 150g, chleb razowy 95g (ZZG), herbata b/cukru		
II Śniadanie		

Dieta : podstawowa Bułeczka maślana z budyniem (J, MIPP, ZZG) Dieta: łatwostrawna Bułeczka maślana z budyniem (J, MIPP, ZZG) Dieta: cukrzycowa Polędwica drobiowa 40g, sałata, chleb razowy 30g (ZZG)
Obiad
Dieta : podstawowa Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana śmietaną (S, MIPP), bitka wieprzowa w sosie własnym (ZZG, G), kasza bulgur (ZZG), surówka z białej kapusty, marchwii, jabłka z olejem, napój miętowy Dieta: łatwostrawna Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana mlekiem (S, ZZG), pierogi z mięsem polane masłem (J, ZZG), surówka z marchwii i jabłka z jogurtem (MIPP), napój miętowy Dieta: cukrzycowa Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana śmietaną (S, MIPP), bitka wieprzowa w sosie własnym (ZZG, G), kasza bulgur (ZZG), surówka z białej kapusty, marchwii, jabłka z olejem, napój miętowy b/cukru
Podwieczorek
Dieta: cukrzycowa Kanapka z jajkiem (ZZG, J) Dzieci Kanapka z jajkiem (ZZG, J)
Kolacja
Dieta : podstawowa Sałatka z makaronu (ZZG), fasoli czerwonej, ogórka konserwowego, kukurydzy, papryki, kurczaka 180g, kiełbasa rawska 50g (G), masło 12,5g (MIPP), chleb pszenny 62,5g (ZZG), razowy 30g (ZZG), herbata Dieta: łatwostrawna Szyunka gotowana 70g, pomidor b/skórki 80g, masło 12,5g (MIPP), bułka pszenna 89g (ZZG), herbata Dieta: cukrzycowa Kiełbasa rawska 70g (G), pomidor 80g, masło 12,5g (MIPP), chleb razowy 125g (ZZG), herbata b/cukru
Posiłek nocny
Dieta: cukrzycowa Sałatka z makaronu (ZZG), fasoli czerwonej, ogórka konserwowego, kukurydzy, papryki, Kurczaka 180g
Kaloryczność: dieta podstawowa 2.942, łatwostrawna 2.730, cukrzycowa 2.612 Białko: dieta podstawowa 127, łatwostrawna 112.70, cukrzycowa 131.80 Tłuszcze: dieta podstawowa 110.49, łatwostrawna 103.18, cukrzycowa 106.64 Węglowodany: dieta podstawowa 372.62, łatwostrawna 365.05, cukrzycowa 303.11 Warzywa: dieta podstawowa 465.40, łatwostrawna 465.40, cukrzycowa 545.40

Data: 13.03.2026	Piątek
Śniadanie	
Dieta podstawowa	

Płatki owsiane na mleku (**MIPP, ZZG**), marmolada 60g, jajko 1szt gotowane (**J**), masło 12,5g (**MIPP**), ogórek ziel. 80g, pomarańcz 150g, chleb pszenny 50g (**ZZG**), chleb razowy 30g (**ZZG**), herbata

Dieta: łatwostrawna

Płatki owsiane na mleku (**MIPP, ZZG**), marmolada 60g, jajko 1szt gotowane na miękko (**J**), masło 12,5g (**MIPP**), sałata, pomarańcz 150g, bułka pszenna 73g (**ZZG**), herbata

Dieta: cukrzycowa

Jaja got. 2szt (**J**), masło 12,5g (**MIPP**), ogórek ziel. 80g, 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 owocowa z makaronem zasmażana (**ZZG**), kotlet rybny smaży na oleju (**J, R, ZZG**), sos pieczarkowy (**ZZG**),

ziemniaki z koperkiem, surówka z kiszonej kapusty, marchwii, papryki, ogórka kiszzonego, ogórka zielonego po żydowsku, kompot jabłkowy

Dieta: łatwostrawna

Krupnik ryżowy z ziemniakami (**S**), makaron z masłem i białym serem (**MIPP, ZZG**), kompot jabłkowy

Dieta: cukrzycowa

Krupnik ryżowy z ziemniakami, kotlet rybny smaży na oleju (**J, R, ZZG**), sos pieczarkowy (**ZZG**), ziemniaki z koperkiem, surówka z kiszonej kapusty, marchwii, papryki, ogórka kiszzonego, ogórka zielonego po żydowsku, kompot jabłkowy b/cukru

Podwieczorek

Dieta: cukrzycowa

Kanapka z twarogiem i szczypiorkiem (**MIPP, ZZG**)

Dzieci

Placuszki z jabłkiem i cukrem pudrem (**MIPP, ZZG, J**)

Kolacja

Dieta : podstawowa

Pasta z tuńczyka (**R, J**), cebuli, ogórka kiszzonego 120g, masło 12,5g (**MIPP**), chleb pszenny 62,5g (**ZZG**), chleb razowy 30g (**ZZG**), banan 180g, herbata

Dieta: łatwostrawna

Ryba gotowana w jarzynach 150g (**R**), banan 180g, masło 12,5g (**MIPP**), bułka pszenna 89g (**ZZG**), serek kanapkowy 50g (**MIPP**), herbata

Dieta: cukrzycowa

Pasta z tuńczyka (**R, J**), cebuli, ogórka kiszzonego 120g, masło 12,5g (**MIPP**), chleb razowy 95g (**ZZG**), Herbata b/cukru

Posiłek nocny

Dieta: cukrzycowa

Paprykarz 50g (**R, SO, G**), chleb razowy 30g (**ZZG**)

Kaloryczność:

d.podstawowa 2.665

d.łatwostrawa 2.649

d.cukrzycowa 2.229

Białko:

d.podstawowa 259.48

d.łatwostrawna 123.57

d.cukrzycowa 264.52

Tłuszcze:

d.podstawowa 81.73

d.łatwostrawna 83.77

d.cukrzycowa 80.22

Węglodowany

d.podstawowa 373.30

d.łatwostrawna 367.07

d.cukrzycowa 272.64

Data: 14.03.2026 Sobota

Śniadanie

Dieta podstawowa

Kawa inka na mleku, twaróg 60g (**MIPP**), szynkowa 60g, rzodkiewka 3szt, masło 12,5g (**MIPP**), chleb

pszenny 62,5g (**ZZG**), chleb razowy 30g (**ZZG**)

Dieta: łatwostrawna

Kawa inka na mleku (**MIPP, ZZG**), twaróg 60g (**MIPP**), szynkowa 60g, sałata, masło 12,5g (**MIPP**), bułka pszenna 89g (**ZZG**)

herbata

Dieta: cukrzycowa

Twaróg 80g (**ZZG**), masło 12,5g (**MIPP**), rzodkiewka 3szt, chleb razowy 95g (**ZZG**), herbata b/cukru

II Śniadanie

Dieta : podstawowa

Ciasto drożdżowe 62,5g (**MIPP, ZZG, J**), jabłko 150g

Dieta: łatwostrawna

Ciasto drożdżowe 62,5g (**MIPP, ZZG, J**), jabłko 150g gotowane

Dieta: cukrzycowa

Szynkowa 50g, sałata, chleb razowy 30g (**ZZG**)

Obiad

Dieta : podstawowa

Zupa szczawiowa z ziemniakami zabelana śmietaną (**MIPP, S**), karkówka pieczona po myśliwsku (**S, G, ZZG**),

kasza pęczak (**ZZG**), surówka z papryki, jabłka, ogórka kiszzonego i pora z olejem, kompot trus.

Dieta: łatwostrawna

Zupa ziemniaczana z pomidorami zabelana mlekiem (S, MIPP), potrawka wołowa (ZZG), kasza jęczmienna (ZZG), marchewka gotowana (ZZG), kompot truskawkowy Dieta: cukrzycowa Zupa szczawiowa z ziemniakami zabelana śmietaną (MIPP, S), karkówka pieczona po myśliwsku (ZZG, S, G), kasza pęczak (ZZG), surówka z papryki, jabłka, ogórka kiszzonego i pora z olejem, kompot trus. b/c
Podwieczorek
Dieta: cukrzycowa Kanapka z pastą z tuńczyka i ogórka kiszzonego (ZZG, R) Dzieci Serek waniliowy 1szt (MIPP)
Kolacja
Dieta : podstawowa Polędwica drobiowa 60g, dżem owocowy 60g, pomidor 80g, masło 12,5g (MIPP), chleb pszenny 62,5g (ZZG), chleb razowy 30h (ZZG), herbata Dieta: łatwostrawna Polędwica drobiowa 60g, dżem truskawkowy 60g, pomidor b/ skórki 80g, masło 12,5g (MIPP), bułka pszenna 89g, (ZZG) herbata Dieta: cukrzycowa Polędwica drobiowa 80g, pomidor 80g, masło 12,5g (MIPP), chleb razowy 95g (ZZG), herbata b/cukru
Posiłek nocny
Dieta: cukrzycowa Jajko gotowane 1szt (J), chleb razowy 30g (ZZG)
Kaloryczność: d.podstawowa 2.735 d.łatwostrawna 2.299 d.cukrzycowa 2.821
Białko: d.podstawowa 90.44 d.łatwostrawna 93.51 d.cukrzycowa 171.24
Tłuszcze: d.podstawowa 123.89 d.łatwostrawna 74.57 d.cukrzycowa 121.12
Węglodowany
d.podstawowa 301.93 d.łatwostrawna 314.87 d.cukrzycowa 261.47
Warzywa:
d.podstawowa 465.60

d.łatwostrawna 475.30 d.cukrzycowa 485.60
--

Data: 15.03.2026	Niedziela
Śniadanie	
Dieta podstawowa Szynka konserwowa 80g, ser topiony 50g (MIPP), masło 12,5g (MIPP), ogórek kiszony 80g, gruszka 180g chleb pszenny 60g (ZZG), chleb razowy 30g (ZZG), herbata	
Dieta: łatwostrawna Szynka konserwowa 80g, serek kanapkowy 50g (MIPP), masło 12,5g (MIPP), sałata, mandarynka 2szt, bułka pszenna 89g (ZZG), herbata	
Dieta: cukrzycowa Szynka konserwowa 80g, masło 12,5g (MIPP), ogórek kiszony 80g , gruszka 180g, chleb razowy 95g (ZZG), herbata b/ cukru	
II Śniadanie	
Dieta : podstawowa Jogurt owocowy 150g (MIPP)	
Dieta: łatwostrawna Jogurt owocowy 150g (MIPP)	
Dieta: cukrzycowa Jogurt naturalny 150g (MIPP)	
Obiad	
Dieta : podstawowa Rosół drobiowy z makaronem (S, ZZG), udko duszone w jarzynach (S), ziemniaki z koperkiem, surówka z selera (S), jabłka,marchewki z sosem jogurtowo-majonezowym (J, MIPP), kompot wieloowocowy	
Dieta: łatwostrawna Zupa koperkowa z makaronem zabieleną mlekiem (S, ZZG, MIPP), udko gotowane, ziemniaki z koperkiem, surówka z marchwii i jabłka z jogurtem, kompot wieloowocowy	
Dieta: cukrzycowa Zupa koperkowa z makaronem razowym zabieleną śmietaną (S, ZZG, MIPP), udko gotowane, ziemniaki z koperkiem, surówka z selera, jabłka, marchewki z sosem jogurtowo-majonezowym (J, MIPP), kompot wieloowocowy b/cukru	
Podwieczorek	
Dieta: cukrzycowa Kanapka z żółtym serem i ogórkiem zielonym (ZZG, MIPP)	
Dzieci Kisiel z jabłkiem, herbatniki (J, ZZG, MIPP)	

Kolacja
Dieta : podstawowa Szynka drobiowa 80g, pasta z jaj 2szt (J), papryki, ogórka ziel, masło 12,5g (MIPP), chleb pszenny 62,5g (ZZG), chleb razowy 30g (ZZG), herbata Dieta: łatwostrawn Szynka drobiowa 80g, pasta z jaj 2szt z koperkiem (J), sałata, masło 12,5g (MIPP), bułka pszenna 89g (ZZG), herbata Dieta: cukrzycowa Pasta z jaj 2szt (J), papryki, ogórka kisz., masło 12,5g (MIPP), chleb razowy 95g (ZZG), herbata b/c
Posiłek nocny
Dieta: cukrzycowa Szynka drobiowa 50g, chleb razowy 30g (ZZG)
Kaloryczność: d.podstawowa 2.315 d.łatwostrawna 2.179 d.cukrzycowa 2.361
Białko: d.podstawowa 107.99 d.łatwostrawna 115.71 d.cukrzycowa 118.21
Tłuszcze: d.podstawowa 126.13 d.łatwostrawna 120.83 d.cukrzycowa 127.87
Węglodowany d.podstawowa 275.75 d.łatwostrawna 257.87 d.cukrzycowa 284.70
Warzywa: d.podstawowa 605.20

Data: 16.03.2026	Poniedziałek
Śniadanie	
Dieta podstawowa Zacierki na mleku (MIPP, ZZG), marmolada 40g, jajko gotowane 1szt (J), masło 12,5g (MIPP), pomidor 80g, chleb pszenny 50g (ZZG), chleb razowy 30g (ZZG), herbata	

Dieta: łatwostrawna

Zacierki na mleku (**MIPP, ZZG**), marmolada 40g, jajko gotowane na miękko 1szt (**J**), masło 12,5g (**MIPP**), pomidor 80g

bez skórki, bułka pszenna 73g (**ZZG**), herbata

Dieta: cukrzycowa

Jaja gotowane 2szt (**J**), masło 12,5g (**MIPP**), pomidor 80g, 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**

Biały barszcz z makaronem zabieleny śmietaną (**ZZG, MIPP, S**), filet drobiowy smażony 150 g (**ZZG, J**), ziemniaki z

koperkiem, sałatka z gotowanej czerwonej kapusty, jabłka, cebuli z olejem, kisiel do picia

Dieta: łatwostrawna

Biały barszcz z makaronem zabieleny mlekiem (**ZZG, MIPP, S**), filet drobiowy gotowany 150 g, sos potrawkowy (**ZZG**),

ziemniaki z koperkiem, buraczki z jabłkiem (**ZZG**), kisiel do picia

Dieta: cukrzycowa

Biały barszcz z makaronem razowym zabieleny śmietaną (**ZZG, MIPP, S**), kotlet drobiowy smażony, na oleju 150g (**ZZG, J**), ziemniaki z koperkiem, sałatka z gotowanej czerwonej kapusty, jabłka, cebuli z olejem, kisiel do picia b/cukru

Podwieczorek**Dieta: cukrzycowa**

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

Dzieci

Kanapka z twarogiem (**ZZG, MIPP**)

Kolacja**Dieta : podstawowa**

Parówki na gorąco 150g (**ZZG, SO**), jabłko 150g , masło 12,5g (**MIPP**), ciasto drożdżowe 50g (**MIPP, ZZG, J**), herbata

chleb pszenny 62,5g (**ZZG**)

Dieta: łatwostrawna

Parówki na gorąco 150g (**SO, ZZG**), jabłko 150g, masło 12,5g (**MIPP**), ciasto drożdżowe 50g (**MIPP, ZZG, J**), herbata

bułka 73g (**ZZG**)

Dieta: cukrzycowa

Parówkowa na gorąco 150g (**SO, ZZG**), jabłko 150g, masło 12,5g (**MIPP**), chleb razowy 95g (**ZZG**), herbata b/cukru

Posiłek nocny**Dieta: cukrzycowa**

Ser biały 50g (**MIPP**), chleb razowy 30g (**ZZG**), papryka czerwona

Kaloryczność:Kaloryczność:

d.podstawowa 2.737

d.łatwostrawna 2.593

d.cukrzycowa 2.591

Białko:Białko:

d.podstawowa 113.62

d.łatwostrawna 124.38

d.cukrzycowa 126.57

Tłuszcze: Tłuszcze:

d.podstawowa 117.66

d.łatwostrawna 102.01

d.cukrzycowa 123.86

Węglodowany

d.podstawowa 314.41

d.łatwostrawna 309.94

d.cukrzycowa 263.24

Warzywa:

d.podstawowa 440.10

d.łatwostrawna 415.10

Data: 17.03.2026

Wtorek

Śniadanie

Dieta podstawowa

Makaron na mleku (**ZZG, MIPP**), pasta z twarogu i szynki drobiowej ze szczypiorkiem 60g (**MIPP**), dżem 50g, masło 12,5g (**MIPP**), chleb pszenny 50g (**ZZG**), chleb razowy 30g (**ZZG**), herbata

Dieta: łatwostrawna

Makaron na mleku (**ZZG, S, MIPP**), pasta z twarogu i szynki drobiowej 60g (**MIPP**), dżem 50g, masło 12,5g (**MIPP**), bułka pszenna 73g (**ZZG**), herbata

Dieta: cukrzycowa

Pasta z twarogu i szynki drobiowej ze szczypiorkiem 80g (**MIPP**), masło 12,5g (**MIPP**), chleb razowy 125g (**ZZG**)
herbata b/cukru

II Śniadanie

Dieta : podstawowa

Jogurt owocowy 150g (**MIPP**)

Dieta: łatwostrawna

Jogurt owocowy 150g (**MIPP**)

Dieta: cukrzycowa

Jogurt naturalny 150g (**MIPP**)

Obiad

Dieta : podstawowa

Barszcz ukraiński z ziemniakami zabielały śmietaną (**S, MIPP**), pulpet wieprzowy (**ZZG, J, S**), sos pomidorowy,
kasza bulgur (**ZZG**), sałata ze śmietaną (**MIPP**), kompot jabłkowy

Dieta: łatwostrawna

Barszcz czerwony z ziemniakami zabielały mlekiem (**S, MIPP**), pulpet wieprzowy (**ZZG, S, J**), sos pomidorowy,
kasza kuskus (**ZZG**), sałata z jogurtem (**MIPP**), kompot jabłkowy

Dieta: cukrzycowa

Barszcz ukraiński z ziemniakami zabielały śmietaną (**MIPP, S**), pulpet wieprzowy (**ZZG, S, J**), sos pomidorowy,
kasza bulgur (**ZZG**), sałata ze śmietaną (**MIPP**), kompot jabłkowy b/cukru

Podwieczorek

Dieta: cukrzycowa

Kanapka z jajkiem i sałatą (**ZZG, J**) Kanapka z jajkiem i sałatą (**ZZG, J**) Kanapka z jajkiem i sałatą (**ZZG, J**)

Dzieci

Placuszki bananowe (**MIPP, ZZG, J**), sok hortex Placuszki bananowe (**MIPP, ZZG, J**), sok hortex Placuszki bananowe (**MIPP, ZZG, J**), sok hortex

Kolacja

Dieta : podstawowa

Pasta z soczewicy 150 g, polędwica sopocka (60g), ogórek kiszony 80g, kiełki (10 g) mandarynka 150g masło 12,5g (**MIPP**), chleb pszenny 62,5g (**ZZG**), chleb razowy 30g (**ZZG**), herbata

Dieta: łatwostrawna

Polędwica sopocka 60g, sałata, miód sztuczny 50g, masło 12,5g (**MIPP**), bułka pszenna 89g (**ZZG**), herbata mandarynka 150g

Dieta: cukrzycowa

Pasta z soczewicy 150g, kiełki, ogórek kiszony 80g, masło 12,5g (**MIPP**), chleb razowy 95g (**ZZG**) herbata b/cukru

Posiłek nocny

Dieta: cukrzycowa

Polędwica sopocka 50g, chleb razowy 30g (**ZZG**), pomidor 80g Polędwica sopocka 50g, chleb razowy 30g (**ZZG**), pomidor 80g

Kaloryczność: Kaloryczność:

d.podstawowa 2.596

d.łatwostrawna 2295

d.cukrzycowa 2591

Białko: Białko:

d.podstawowa 106.41

d.łatwostrawna 114.76

d.cukrzycowa 141.98

Tłuszcze: Tłuszcze:

d.podstawowa 103.38

d.łatwostrawna 75.95

d.cukrzycowa 108.48

Węglowodany

d.podstawowa 305.96

d.łatwostrawna 317.59
d.cukrzycowa 267.28

Data:	18.03.2026	Środa
Śniadanie		
Dieta podstawowa Kaszka kukurydziana na mleku (MIPP), szynka konserwowa 50g, ser żółty 40g, (MIPP) papryka 80g, masło 12,5g (MIPP), chleb pszenny 50g (ZZG), chleb razowy 30g (ZZG), herbata		
Dieta: łatwostrawna Kaszka kukurydziana na mleku (MIPP), szynka konserwowa 50g, serek kanapkowy 50g (MIPP), sałata, masło 12,5g (MIPP), bułka pszenna 73g (ZZG), herbata		
Dieta: cukrzycowa Szynka konserwowa 80g, papryka 80g, masło 12,5g (MIPP), chleb razowy 125g (ZZG), herbata b/cukru		
II Śniadanie		
Dieta : podstawowa Kefir 150g (MIPP), jabłko 150gKefir 150g (MIPP), jabłko 150gKefir 150g (MIPP), jabłko 150gKefir 150g (MIPP), jabłko 150gKefir 150g (MIPP), jabłko 150g		
Dieta: łatwostrawn Kefir 150g (MIPP), jabłko 150gKefir 150g (MIPP), jabłko 150gKefir 150g (MIPP), jabłko 150gKefir 150g (MIPP), jabłko 150g		
Dieta: cukrzycowa Kefir 150g (MIPP), jabłko 150gKefir 150g (MIPP), jabłko 150gKefir 150g (MIPP), jabłko 150gKefir 150g (MIPP), jabłko 150g		
Obiad		
Dieta : podstawowa Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami i pomidorami (S, ZZG), wątróbka drobiowa duszona (ZZG), ziemniaki, sałatka z ogórka kiszzonego, cebuli i marchewki, napój miętowy		
Dieta: łatwostrawna Zupa z płatków jęczmiennych z ziemniakami (ZZG, S), risotto z mięsem i warzywami, buraczki (ZZG), napój miętowy		
Dieta: cukrzycowa Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami i pomidorami (S, ZZG), wątróbka drobiowa duszona (ZZG), ziemniaki, sałatka z kiszzonego ogórka, cebuli, marchewki, napój miętowy b/cukru		
Podwieczorek		
Dieta: cukrzycowa Kanapka z twarogiem i szczypiorkiem (ZZG, MIPP)		
Dzieci Sałatka owocowa, chrupki		
Kolacja		
Dieta : podstawowa Sałatka z kaszy kuskus (ZZG) z ananasem, kukurydzą i kurczakiem 160g, jajko gotowane 1szt (J), sałata, masło 12,5g (MIPP), chleb pszenny 62g (ZZG), chleb razowy 30g (ZZG), herbata		
Dieta: łatwostrawna		

Jaja gotowane na miękko 2szt (**J**), pasta drobiowo-warzywna 80g, sałata, masło 12,5g (**MIPP**), bułka pszenna 89g (**ZZG**), herbata

Dieta: cukrzycowa

Jaja gotowane 2szt (**J**), sałata, masło 12,5g (**MIPP**), chleb razowy 95g (**ZZG**), herbata b/cukru

Posiłek nocny

Dieta: cukrzycowa

Pasta drobiowo-warzywna 80g, chleb razowy 30g (**ZZG**), sałata

Kaloryczność:

d.podstawowa 2.489

d.łatwostrawna 2.257

d.cukrzycowa 2.134

Białko:

d.podstawowa 115.86

d.łatwostrawna 111.32

d.cukrzycowa 121.46

Tłuszcze:

d.podstawowa 109.28

d.łatwostrawna 98.07

d.cukrzycowa 107.02

Węglodowany

d.podstawowa 304.48

d.łatwostrawna 303.83

d.cukrzycowa 275.43

Warzywa:

d.podstawowa 505.90

d.łatwostrawna 370.40

Data: 19.03.2026

Czwartek

Śniadanie

Dieta podstawowa

Kasza jęczmienna na mleku (**MIPP, ZZG**), twaróg z rzodkiewką 60g (**MIPP**), polędwica drobiowa 40g, masło 12,5g (**MIPP**), chleb pszenny 50g (**ZZG**), chleb razowy 30g (**ZZG**), mandarynka 1szt, herbata

Dieta: łatwostrawna

Kasza jęczmienna na mleku (**ZZG, MIPP**), twaróg 60g (**MIPP**), polędwica drobiowa 40g, sałata, masło 12,5g (**MIPP**), bułka pszenna 73g (**ZZG**), mandarynka 1szt, herbata

Dieta: cukrzycowa

Twaróg z rzodkiewką 80g (**MIPP**), masło 12,5g (**MIPP**), chleb razowy 95g (**ZZG**), jabłko 1szt, 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, chleb razowy 30g (ZZG)
Obiad Dieta : podstawowa Zupa brokułowa z zacierką zasmażana (ZZG, S), gołąbki z mięsem i ryżem, sos pieczarkowy (ZZG), ziemniaki z koperkiem, buraczki (ZZG), kompot wieloowocowy Dieta: łatwostrawna Zupa zacierkowa z ziemniakami (ZZG, S), pulpet wieprzowy (ZZG), sos koperkowy (ZZG), kasza jęczmienna (ZZG), , marchewka gotowana (ZZG), kompot wieloowocowy Dieta: cukrzycowa Zupa brokułowa z zacierką zasmażana (ZZG, S), gołąbki z mięsem i ryżem, sos pieczarkowy (MIPP), ziemniaki z koperkiem, sałatka z buraka, jabłka, ogórka kiszzonego, pora z olejem, kompot owocowy b/cukru
Podwieczorek Dieta: cukrzycowa Kanapka z serem żółtym i sałatą (ZZG, MIPP) Dzieci Kisiel, biszkopty (ZZG, MIPP,J)
Kolacja Dieta : podstawowa Marmolada 40g, szynka gotowana 60g, papryka 80g, masło 12,5g (MIPP), chleb pszenny 62,5g (ZZG), chleb razowy 30g (ZZG), herbata Dieta: łatwostrawna Marmolada 40g, szynka gotowana 60g, sałata, masło 12,5g (MIPP), bułka pszenna 89g (ZZG), Herbata Dieta: cukrzycowa Szynka gotowana 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), ogórek zieleony 80g
Kaloryczność: d.podstawowa 2.654 d.łatwostrawna 2.648 d.cukrzycowa 2.423
Białko: d.podstawowa 102.95 d.łatwostrawna 105.34 d.cukrzycowa 117.49
Tłuszcze: d.podstawowa 102.25 d.łatwostrawna 94.31 d.cukrzycowa 108.69
Węglodowany d.podstawowa 345.55 d.łatwostrawna 363.04 d.cukrzycowa 272.06

Warzywa:

d.podstawowa 577.30

d.łatwostrawna 320.30

d.cukrzycowa 682.40

Data: 20.03.2026

Piątek

Śniadanie**Dieta podstawowa**

Kasza manna na mleku (**MIPP, ZZG**), ser capresi 50g, (**MIPP**) dżem 60g, masło 12,5g (**MIPP**), grejpfrut 200g, chleb pszenny 50g (**ZZG**), chleb razowy 30g (**ZZG**), herbata

Dieta: łatwostrawna

Kasza manna na mleku (**MIPP, ZZG**), jajko gotowane na miękko 1szt (**J**), dżem 60g, masło 12,5g (**MIPP**), pomarańcz 150g, bułka pszenna 73g (**ZZG**), herbata b/cukru

Dieta: cukrzycowa

Ser capresi 100g (**MIPP**), masło 12,5g (**MIPP**), grejpfrut 200g, 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 jarzynowa z makaronem zabelana śmietaną (**MIPP, ZZG, S**), kotlet rybny smażony na oleju (**R, J, ZZG**), ziemniaki z

koperkiem, surówka z kiszonej kapusty, jabłka, marchewki z olejem kisiel do picia

Dieta: łatwostrawna

Zupa jarzynowa z makaronem zabelana mlekiem (**MIPP, S, ZZG**), pulpet rybny (**R, J, ZZG**), sos koperkowy (**ZZG**), ziemniaki,

sałata lodowa z sosem jogurtowym (**MIPP**)

Dieta: cukrzycowa

Zupa jarzynowa z makaronem razowym zabelana śmietaną (**MIPP, S, ZZG**), kotlet rybny smażony na oleju (**R, J, ZZG**),

ziemniaki z koperkiem, surówka z kiszonej kapusty, jabłka, marchewki z olejem,

kisiel do picia b/c

Podwieczorek**Dieta: cukrzycowa**

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

Dzieci

Placuszki z jabłkiem i cukrem pudrem (**MIPP, ZZG, J**)

Kolacja	
Dieta : podstawowa Paprykarz 60g (R, SO, G, ZZG), twarożek z ogórkiem zielonym 60g (MIPP), masło 12,5g (MIPP), chleb pszenny 62,5g (ZZG), chleb razowy 30g (ZZG), herbata	
Dieta: łatwostrawna Twarożek z koperkiem 80g, (MIPP) masło 12,5g (MIPP), miód sztuczny 50g bułka 89g (ZZG), herbata	
Dieta: cukrzycowa Paprykarz 60g (R, GO, S, ZZG), ogórek zielony 80g, masło 12,5g (MIPP), chleb razowy 95g (ZZG), herbata b/c	
Posiłek nocny	
Dieta: cukrzycowa Ser biały 60g (MIPP), chleb razowy 30g (ZZG), rzodkiewki 3 sztuki	
Kaloryczność	
d.podstawowa	2.383
d.łatwostrawna	2.204
d.cukrzycowa	2.594
Białko:	
d.podstawowa	98.41
d.łatwostrawna	109.51
d.cukrzycowa	163.69
Tłuszcze:	
d.podstawowa	72.20
d.łatwostrawna	51.77
d.cukrzycowa	79.08
Węglodowany	
d.podstawowa	312.29
d.łatwostrawna	341.92
d.cukrzycowa	301.82
Warzywa:	
d.podstawowa	460.20
d.łatwostrawna	415.30

Data: 21.03.2026	Sobota
Śniadanie	
Dieta podstawowa Kawa inka na mleku, ogonówka 60g, ser topiony 50g, masło 12,5g (MIPP), papryka 80g, chleb pszenny 62,5g, chleb razowy 30g (ZZG)	
Dieta: łatwostrawna Kawa inka na mleku, ogonówka 60g, ser biały 60g, masło 12,5g (MIPP), sałata, bułka pszenna 89g	
Dieta: cukrzycowa Ogonówka 80g, masło 12,5g (MIPP), papryka 80g, chleb razowy 125g, herbata b/cukru	
II Śniadanie	
Dieta : podstawowa	

Ciasto drożdżowe 62,5g (MIPP, ZZG, J), banan 180gCiasto drożdżowe 62,5g (MIPP, ZZG, J), banan 180g	
Dieta: łatwostrawna Ciasto drożdżowe 62,5g (MIPP, ZZG, J), banan 180g Dieta: cukrzycowa Ser biały 60g (MIPP), jabłko 150g, chleb razowy 30g (ZZG)	
Obiad	
Dieta : podstawowa Zupa pomidorowa z ryżem zabelana śmietaną (S, MIPP), filet drobiowy grillowany (J, ZZG), sos tzatziki (MIPP), , Ziemniaki z koperkiem, brokuł z bułeczką (ZZG, MIPP), kompot jabłkowy Dieta: łatwostrawna Zupa pomidorowa z ryżem zabelana mlekiem (MIPP, ZZG), hache drobiowo-warzywne, ziemniaki z koperkiem, kalafior z bułeczką (ZZG, MIPP), kompot jabłkowy Dieta: cukrzycowa Zupa pomidorowa z ryżem brązowym zabelana śmietaną (MIPP, S), filet drobiowy grillowany, sos tzatziki (MIPP), ziemniaki z koperkiem, brokuł z bułeczką (MIPP, ZZG), kompot jabłkowy	
Podwieczorek	
Dieta: cukrzycowa Kanapka z paprykarzem (ZZG, R, GO, S, ZZG) Dzieci Jogurt owocowy 1szt (MIPP), herbatniki 50g (MIPP, J, ZZG)	
Kolacja	
Dieta : podstawowa Pasta z jaj 2szt ze szczypiorkiem (J), polędwica drobiowa 50g, masło 12,5g (MIPP), chleb pszenny 62,5g (ZZG), chleb razowy 30g (ZZG), herbata Dieta: łatwostrawna Pasta z jaj 2szt z koperkiem (J), polędwica drobiowa 50g, masło 12,5g (MIPP), bułka pszenna 89g (ZZG) Dieta: cukrzycowa Pasta z jaj 2szt ze szczypiorkiem (J), masło 12,5g (MIPP), chleb razowy 95g (ZZG), herbata b/cukru	
Posiłek nocny	
Dieta: cukrzycowa Polędwica drobiowa 60g, chleb razowy 30g (ZZG), pomidor 80g	
Kaloryczność:	
d.podstawowa	2.451
d.łatwostrawa	2.166
d.cukrzycowa	2.165
Białko:	
d.podstawowa	115.17
d.łatwostrawa	121.15
d.cukrzycowa	130.71
Tłuszcze:	
d.podstawowa	90.25
d.łatwostrawa	65.56

d.cukrzycowa	75.01
Węglodowany	
d.podstawowa	303.32
d.łatwostrawa	297.62
d.cukrzycowa	262.37
Warzywa:	
d.podstawowa	620.30
d.łatwostrawa	565.40
d.cukrzycowa	590.30

Data:	22.03.2026	Niedziela
Śniadanie		
Dieta podstawowa		
Twaróg ze szczypiorkiem 60g (MIPP), szynka gotowana 60g, pomidor 80g, masło 12,5g (MIPP), chleb pszenny 62,5g (ZZG), chleb razowy 30g (ZZG), pomarańcza 150g, herbata		
Dieta: łatwostrawna		
Twaróg z koperkiem 60g (MIPP), szynka gotowana 60g, pomidor b/skórki 80g, masło 12,5g (MIPP), bułka pszenna 89g (ZZG), pomarańcza 150g, herbata 150g, herbata		
Dieta: cukrzycowa		
Twaróg ze szczypiorkiem 60g (MIPP), szynka gotowana 60g, pomidor 80g, masło 12,5g (MIPP), chleb razowy 125g (ZZG), pomarańcza 150g, herbata b/cukru		
II Śniadanie		
Dieta : podstawowa		
Jogurt owocowy 150g (MIPP)		
Dieta: łatwostrawna		
Jogurt owocowy 150g (MIPP)		
Dieta: cukrzycowa		
Jogurt naturalny 150g (MIPP)		
Obiad		
Dieta : podstawowa		
Rosół drobiowy z makaronem (S, ZZG), udko gotowane, ziemniaki z koperkiem, buraczki (ZZG), kompot wieloowocowy		
Dieta: łatwostrawna		
Zupa koperkowa z makaronem zabiela mlekem (MIPP, S, ZZG), udko z kurczaka gotowane, ziemniaki z koperkiem, buraczki (ZZG), kompot wieloowocowy		
Dieta: cukrzycowa		
Zupa koperkowa z makaronem razowym zabiela śmietaną (MIPP, S, ZZG), udko gotowane, ziemniaki z koperkiem, mizeria ze śmietaną (MIPP)		
Podwieczork		
Dieta: cukrzycowa		
Kanapka z jajkiem i sałatą (ZZG, J)		
Dzieci		
Kanapka z jajkiem i sałatą (ZZG, J)		

Kolacja	
Dieta : podstawowa	
Dżem owocowy 60g, pasztet drobiowy 80g (SO, S, ZZG), papryka 80g, masło 12,5g (MIPP), chleb pszenny 62,5g (ZZG) chleb razowy 30g (ZZG), herbata	
Dieta: łatwostrawna	
Dżem truskawkowy 60g, szynka drobiowa 60g, sałata, masło 12,5g (MIPP), bułka pszenna 89g (ZZG), herbata	
Dieta: cukrzycowa	
Pasztet drobiowy 80g (SO, S, ZZG), papryka 80g, masło 12,5g (MIPP), chleb razowy 95g (ZZG), herbata b/ cukru	
Posiłek nocny	
Dieta: cukrzycowa	
Szynka drobiowa 50g, chleb razowy 30g (ZZG), sałata	
Kaloryczność:	
d.podstawowa	2.197
d.łatwostraw	2.074
d.cukrzycow	2.428
Białko:	
d.podstawowa	90.77
d.łatwostraw	98.98
d.cukrzycow	122.79
Tłuszcze: Tłuszcze:	
d.podstawowa	81.14
d.łatwostraw	72.61
d.cukrzycow	103.41
Węglodowa	
ny	
d.podstawowa	286.25
d.łatwostraw	277.54
d.cukrzycow	265.34
Warzywa:	
d.podstawowa	482.30
d.łatwostraw	440.00
d.cukrzycow	470.40