

		RZESZ Podstawowa	RZESZ Lekkostrawna	RZESZ Cukrzycowa	RZESZ Wątrobowa/ Trzustkowa/Wrzodowa
01.05.2026 Piątek	ŚNIADANIE	Ryżanka na mleku 350 ml (MLE); chleb mieszany pszenno-żytni (3 kromki) 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT); herbata z cytryną i cukrem 300 ml; masło 82% 10g (MLE) Jajko gotowane 50g/ 1 szt (JAJ) Pomidor 70g/1 szt	Ryżanka na mleku 350 ml (MLE); chleb mieszany pszenno-żytni (3 kromki) 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT); herbata z cytryną i cukrem 300 ml; masło 82% 10g (MLE) Jajko gotowane 50g/ 1 szt (JAJ) Pomidor 70g/1 szt	Jogurt naturalny 180 ml/ 1szt (MLE) chleb razowy graham (3 kromki) 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT); herbata z cytryną bez cukru 300 ml; masło 82% 10g (MLE) Jajko gotowane 50g/ 1 szt (JAJ) Pomidor 70g/1 szt	Ryżanka na mleku 350 ml (MLE); bułka pszenna długa krojona (3 kromki) 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT); herbata z cukrem 300 ml; masło 82% 10g (MLE) Białka jaja 80g (JAJ)
	II ŚNIADANIE			Chleb razowy graham 25g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 5g (MLE) pasztet sojowy 15g (GOR, SOJ)	
	OBIAD	Krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Miruna w złocistej panierce 140 g (RYB, JAJ, GLU PSZ) Ziemniaki 250 g; Surówka z kiszanej kapusty 150g kompot owocowy z cukrem 300 ml	Krem z białych warzyw z zacierką 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Pieczona miruna 120 g (RYB) Sos warzywny 100g (MLE) Ziemniaki 250 g; Puree z pietruszki 150g kompot owocowy z cukrem 300 ml	Krem z białych warzyw z zacierką 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Pieczona miruna 120 g (RYB) Sos warzywny 100g (MLE) Ziemniaki 250 g; Surówka z kiszanej kapusty 150g kompot owocowy bez cukru 300 ml	Krem z białych warzyw z zacierką 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Pieczona miruna 120 g (RYB) Sos warzywny 100g (MLE) Ziemniaki 250 g; Puree z pietruszki 150g kompot owocowy z cukrem 300 ml
	PODWIECZOREK			Mus owocowy bez cukru 150 ml	
	KOLACJA	Herbata z cukrem 300ml, chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 60g (MLE) mix sałat 30g	Herbata z cukrem 300ml, chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) Pasta z twarogu i koperku 60 g (MLE) mix sałat 30g	Herbata bez cukru 300ml, chleb razowy graham (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 60g (MLE) mix sałat 30g	Herbata z cukrem 300ml, bułka pszenna długa krojona (4 kromki) 100g (GLU PSZ) masło 82% 10g (MLE) Pasta z twarogu i koperku 80g (MLE)
	POSIŁEK NOCNY			Chleb razowy graham 25g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 5g (MLE) Ser żółty 15g (MLE)	
WARTOŚCI ODŻYWCZE		E: 2274 kcal; B:82,7g; T:84,2g; Kw. tł. nasyc.: 22,4g W:323,2g w tym cukry: 106,3g; Bł: 27,3g; Sól:5,3g	E: 2189kcal; B:82,5g; T:56,6g; Kw. tł. nasyc.: 20,1g W: 324,9g w tym cukry: 102,3g; Bł: 22,3g; Sól:4,6g	E: 2345kcal; B:92,7g; T:76,2g; Kw. tł. nasyc.: 21,8g W:342,2g w tym cukry: 57,3g; Bł: 38,3g; Sól:6,8g	E: 2120kcal; B:84,2g; T:54,6g; Kw. tł. nasyc.: 20,6g W: 328,1g w tym cukry: 102,3g; Bł: 16,3g; Sól:4,6g

		RZESZ Podstawowa	RZESZ Lekkostrawna	RZESZ Cukrzycowa	RZESZ Wątrobowa/ Trzustkowa/Wrzdowa
02.05.2026 Sobota	ŚNIADANIE	Kawa zbożowa z cukrem 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 10g (MLE) połudwica sopocka 60g (SOJ, SEL) sałata lodowa 30 g	Kawa zbożowa z cukrem 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g(GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) połudwica sopocka 60g (SOJ, SEL) sałata lodowa 30 g	Kawa zbożowa bez cukru 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) chleb razowy graham (4 kromki) 100g(GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) połudwica sopocka 60g (SOJ, SEL) sałata lodowa 30 g	Kawa zbożowa z cukrem 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) bułka pszenna długa krojona (4 kromki)100g (GLU PSZ) masło 82% 10g (MLE) wędlina drobiowa 80 g (SEL,GOR)
	II ŚNIADANIE			Chleb razowy graham 25g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 5g (MLE) twaróg 15g (MLE)	
	OBIAD	Zupa fasolowa z ziemniakami 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Pieczeń rzymska 120g Sos szpinakowy 100g (SEL, GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 250g, Colesław 150g (MLE) kompot owocowy z cukrem 300 ml	Zupa ziemniaczana 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Pieczeń rzymska 120g Sos szpinakowy 100g (SEL, GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 250g, Marchewka na ciepło 150g kompot owocowy z cukrem 300 ml	Zupa ziemniaczana 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Pieczeń rzymska 120g Sos szpinakowy 100g (SEL, GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 250g, Colesław 150g (MLE) kompot owocowy bez cukru 300 ml	Zupa ziemniaczana 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Pieczeń rzymska 120g Sos szpinakowy 100g (SEL, GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 250g, Marchewka na ciepło 150g kompot owocowy z cukrem 300 ml
	PODWIECZOREK			Wafle ryżowe pełnoziarniste 30g	
	KOLACJA	Herbata z cukrem 300ml, chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki)100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) pasztet drobiowy 60g(SOJ, GOR) papryka świeża 50g	Herbata z cukrem 300ml, chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki)100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) pasztet drobiowy 60g(SOJ, GOR) rukola 30 g	Herbata bez cukru 300ml, chleb razowy graham (4 kromki)100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) pasztet drobiowy 60g(SOJ, GOR) papryka świeża 50g	Herbata z cukrem 300ml, bułka pszenna długa krojona (4 kromki) 100g (GLU PSZ) masło 82% 10g (MLE) miód 80g
	POSILEK NOCNY			Chleb razowy graham 25g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 5g (MLE) tuńczyk 15g (RYB)	
WARTOŚCI ODŻYWCZE		E: 2188kcal; B: 81,50g; T: 64g; Kw. tł. nasyc.: 21,8g; W: 306,8g; w tym cukry: 111g; Bł: 28g; Sól:5,0g	E: 2131kcal; B: 79,50g; T: 59g; Kw. tł. nasyc.: 18,8g; W: 314,8g; w tym cukry: 108g; Bł: 28g; Sól:5,1g	E: 2273kcal; B:94,9g; T:68,0g; Kw. tł. nasyc.:21,7g; W:271,1g; w tym cukry: 75,9g; Bł:45,6g; Sól:6,2g	E: 2077 kcal; B: 76,5g; T: 52g; Kw. tł. nasyc.: 17,8g; W: 319,2g; w tym cukry: 118g; Bł: 19g; Sól:5,0g

		RZESZ Podstawowa	RZESZ Lekkostrawna	RZESZ Cukrzycowa	RZESZ Wątrobowa/ Trzustkowa/Wrzodowa
03.05.2026 Niedziela	ŚNIADANIE	Kakao z cukrem 300ml (MLE) chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 10g (MLE) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60g (JAJ), pomidor 70g/1 szt	Kakao z cukrem 300ml (MLE) chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) pasta jajeczna z koperkiem 60g (JAJ), pomidor 70g/1 szt	Kakao bez cukru 300ml (MLE) chleb razowy graham (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60g (JAJ), pomidor 70g/1 szt	Kawa zbożowa z cukrem 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) bułka pszenna długa krojona (4 kromki) 100g (GLU PSZ) masło 82% 10g (MLE) Pasta z białka jaja 80g (JAJ, MLE)
	II ŚNIADANIE			chleb razowy graham 25g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 5g (MLE) Szynka konserwowa 15g (SEL, GOR)	
	OBIAD	Rosół z makaronem 450 ml (SEL, GLU PSZ) Kotlet schabowy po parysku 140g (GLU PSZ, JAJ, MLE) ziemniaki 250 g Ćwikła z chrzanem 150g kompot owocowy z cukrem 300 ml	Rosół z makaronem 450 ml (SEL, GLU PSZ) Bitki wieprzowe 120 g Sos własny 100 g (SEL, MLE) ziemniaki 250 g Buraczki gotowane 150 g kompot owocowy z cukrem 300 ml	Rosół z makaronem 450 ml (SEL, GLU PSZ) Bitki wieprzowe 120 g Sos własny 100 g (SEL, MLE) ziemniaki 250 g Ćwikła z chrzanem 150g kompot owocowy bez cukru 300 ml	Rosół z makaronem 450 ml (SEL, GLU PSZ) Bitki wieprzowe 120 g Sos własny 100 g (SEL, MLE) ziemniaki 250 g Buraczki gotowane 150 g kompot owocowy z cukrem 300 ml
	PODWIECZOREK			Sok pomidorowy 300 ml/1 szt	
	KOLACJA	Herbata z cukrem 300ml, chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) kiełbasa krakowska 60 g (SEL, GOR) Sałatka wiosenna z sosem vinegret 100g	Herbata z cukrem 300ml, chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) wędlina drobiowa 60 g (SEL, GOR) Sałatka wiosenna bez ogórka z sosem vinegret 100g	Herbata bez cukru 300ml, chleb razowy graham (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) kiełbasa krakowska 60 g (SEL, GOR) Sałatka wiosenna z sosem vinegret 100g,	Herbata z cukrem 300ml, bułka pszenna długa krojona (4 kromki) 100g (GLU PSZ) masło 82% 10g (MLE) wędlina drobiowa 80 g (SEL, GOR)
	POSIŁEK NOCNY			Chleb razowy graham 25g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 5g (MLE) serek topiony 15 g (MLE)	
WARTOŚCI ODŻYWCZE		E: 2327kcal; B:88,9g; T:86g; Kw. tł. nasyc.: 23,8g W:328,2g w tym cukry: 102,9g; Bł: 25,6 Sól:5,4g	E: 2192kcal; B:83,2g; T:67g; Kw. tł. nasyc.: 20,8g W: 327,1g w tym cukry: 102,3g; Bł: 24,0g; Sól:5,5g	E: 2356kcal; B:95,7g; T:79g; Kw. tł. nasyc.: 23,8g W:332,0g w tym cukry: 54,3g; Bł: 39,9g; Sól:6,1g	E: 2119kcal; B:85,1g; T:58,9g; Kw. tł. nasyc.: 18,7g W: 321,9g w tym cukry: 102,3g; Bł: 17,6g; Sól:5,1g

		RZESZ Podstawowa	RZESZ Lekkostrawna	RZESZ Cukrzycowa	RZESZ Wątrobowa/ Trzustkowa/Wrzodowa
04.05.2026 Poniedziałek	ŚNIADANIE	Jaglanka na mleku 350 ml (MLE); chleb mieszany pszenno-żytni (3 kromki) 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT); herbata z cytryną i cukrem 300 ml; twaróg 60g (MLE) dżem owocowy 50g masło 82% 10g (MLE)	Jaglanka na mleku 350 ml (MLE); chleb mieszany pszenno-żytni (3 kromki) 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT); herbata z cytryną i cukrem 300 ml; twaróg 60g (MLE) dżem owocowy 50g masło 82% 10g (MLE)	Jogurt naturalny 180 ml/ 1szt (MLE) chleb razowy graham (3 kromki) 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT); herbata z cytryną bez cukru 300 ml; twaróg 60g (MLE) ogórek kiszony 50g masło 82% 10g (MLE)	Jaglanka na mleku 350 ml (MLE); bułka pszenna długa krojona (3 kromki) 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT); herbata z cukrem 300 ml; twaróg 60g (MLE) dżem owocowy 50g masło 82% 10g (MLE)
	II ŚNIADANIE			Chleb razowy graham 25g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 5g (MLE) kiełbasa żywiecka 15 (SOJ, SEL)	
	OBIAD	Zupa szczawiowa z jajkiem 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ, JAJ) Kieszonka drobiowa z mozzarellą i suszonymi pomidorami 140g Sos ziołowy 100 g (SEL, MLE) Surówka z selera z brzoskwinia i śmietaną 150g (SEL, MLE) ziemniaki 250g, kompot owocowy z cukrem 300 ml	Zupa szczawiowa z jajkiem 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ, JAJ) Kieszonka drobiowa z warzywami 140 g (SEL) Sos ziołowy 100 g (SEL, MLE) Surówka z selera z brzoskwinia i śmietaną 150g (SEL, MLE) ziemniaki 250g, kompot owocowy z cukrem 300 ml	Zupa szczawiowa z jajkiem 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ, JAJ) Kieszonka drobiowa z warzywami 140 g (SEL) Sos ziołowy 100 g (SEL, MLE) Surówka z selera z brzoskwinia i śmietaną 150g (SEL, MLE) ziemniaki 250g, kompot owocowy bez cukru 300 ml	Zupa grysikowa 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ, JAJ) Kieszonka drobiowa z warzywami 140 g (SEL) Sos ziołowy 100 g (SEL, MLE) Puree z selera 150g (SEL) Ziemniaki 250g kompot owocowy z cukrem 300 ml
	PODWIECZOREK			Jabłko 150g/ 1 szt	
	KOLACJA	Herbata z cukrem 300ml, chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) Szynka konserwowa 60g (SEL, GOR) sałata lodowa 30g	Herbata z cukrem 300ml, chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) Szynka konserwowa 60g (SEL, GOR) sałata lodowa 30g	Herbata bez cukru 300ml, chleb razowy graham (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) Szynka konserwowa 60g (SEL, GOR) sałata lodowa 30g	Herbata z cukrem 300ml, bułka pszenna długa krojona (4 kromki) 100g (GLU PSZ) masło 82% 10g (MLE) wędlina drobiowa 80g (SEL, GOR)
POSIŁEK NOCNY			Chleb razowy graham 25g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 5g (MLE) Ser żółty 15g (MLE)		
WARTOŚCI ODŻYWCZE		E: 2182kcal; B: 86,8; T: 67g; Kw. tł. nasyc.: 20,2g; W: 337,8g; w tym cukry: 107g; Bł: 27g; Sól: 4,8g	E: 2184kcal; B: 86g; T: 66g; Kw. tł. nasyc.: 20,8g; W: 342,8g; w tym cukry: 109g; Bł: 28g; Sól: 4,8g	E: 2315kcal; B: 94g; T: 75g; Kw. tł. nasyc.: 22,6g; W: 375,8g; w tym cukry: 54g; Bł: 42,6g; Sól: 5,2g	E: 2143kcal; B: 90g T: 52,8g; Kw. tł. nasyc.: 18,8g; W: 358,8g; w tym cukry: 112g; Bł: 16g; Sól: 4,6g

		RZESZ Podstawowa	RZESZ Lekkostrawna	RZESZ Cukrzycowa	RZESZ Wątrobowa/ Trzustkowa/Wrzodowa
05.05.2026 Wtorek	ŚNIADANIE	Kawa zbożowa z cukrem 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 10g (MLE) paprykarz 60 g (RYB) ogórek świeży 50g	Kawa zbożowa z cukrem 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) Paprykarz domowy z ryżem 60g (RYB) rukola 30g	Kawa zbożowa bez cukru 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) chleb razowy graham (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) paprykarz 60 g (RYB) ogórek świeży 50g	Kawa zbożowa z cukrem 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) bułka pszenna długa krojona (4 kromki) 100g (GLU PSZ) masło 82% 10g (MLE) Paprykarz domowy z ryżem 60g (RYB) 80g (MLE, RYB)
	II ŚNIADANIE			Chleb razowy graham 25g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 5g (MLE) szynka drobiowa 15g (SOJ, GOR)	
	OBIAD	Zupa rumfordzka z ziemniakami 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Pierogi ruskie (300g) (MLE, GLU PSZ) kompot owocowy z cukrem 300 ml Surówka z kapusty pekińskiej 150g	Zupa ziemniaczana 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 g sos jogurtowy z cukrem 100ml (MLE) kompot owocowy z cukrem 300 ml	Zupa rumfordzka z ziemniakami 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 g sos jogurtowy bez cukru 100ml (MLE) kompot owocowy bez cukru 300 ml	Zupa ziemniaczana 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 g sos jogurtowy z cukrem 100ml (MLE) kompot owocowy z cukrem 300 ml
	PODWIECZOREK			Mus owocowy bez cukru 150 ml	
	KOLACJA	Herbata z cukrem 300ml, chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) kiełbasa żywiecka 60g (SEL, GOR) pomidor 70g/1 szt	Herbata z cukrem 300ml, chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) wędlina drobiowa 60 g (SEL, GOR) pomidor 70g/1 szt	Herbata bez cukru 300ml, chleb razowy graham (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) kiełbasa żywiecka 60g (SEL, GOR) pomidor 70g/1 szt	Herbata z cukrem 300ml, bułka pszenna długa krojona (4 kromki) 100g (GLU PSZ) masło 82% 10g (MLE) wędlina drobiowa 80 g (SEL, GOR)
	POSIŁEK NOCNY			Chleb razowy graham 25g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 5g (MLE) jajko 1/2 szt 25g (JAJ)	
WARTOŚCI ODŻYWCZE		E: 2259 kcal; B:85,7g; T:82,3g; Kw. tł. nasc.: 25,4g W:347,2g w tym cukry: 108,2g; Bł: 26,3g; Sól:5,3g	E: 2190kcal; B:84,2g; T:59,6g; Kw. tł. nasc.: 20,1g W: 358,9g w tym cukry: 104,6g; Bł: 24,3g; Sól:4,5g	E: 2274kcal; B:95,5g; T:69,2g; Kw. tł. nasc.: 21,7g W:368,2g w tym cukry: 59,3g; Bł:45,3g; Sól:5,8g	E: 2164kcal; B:85,6g; T:55,8g; Kw. tł. nasc.: 20,6g W: 358,1g w tym cukry: 104,8g; Bł: 17,3g; Sól:4,5g

		RZESZ Podstawowa	RZESZ Lekkostrawna	RZESZ Cukrzycowa	RZESZ Wątrobowa/ Trzustkowa/Wrzodowa
06.05.2026 Środa	ŚNIADANIE	Jogurt owocowy 150 ml/ 1szt (MLE); herbata z cytryną i cukrem 300 ml; chleb mieszany pszenno-żytni (3 kromki) 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 10g (MLE) pasztet wieprzowy 60g (SOJ, GOR) sałata lodowa 30g	Jogurt owocowy 150 ml/ 1szt (MLE); herbata z cytryną i cukrem 300 ml; chleb mieszany pszenno-żytni (3 kromki) 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 10g (MLE) pasztet drobiowy 60g (SOJ, GOR) sałata lodowa 30g	Jogurt naturalny 180 ml/ 1szt (MLE) herbata z cytryną bez cukru 300 ml; chleb razowy graham (3 kromki) 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 10g (MLE) pasztet wieprzowy 60g (SOJ, GOR) sałata lodowa 30g	Jogurt owocowy 150 ml/ 1szt (MLE); herbata z cukrem 300 ml; bułka pszenna długa krojona (3 kromki) 80g (GLU PSZ) masło 82% 10g (MLE) dżem 80g
	II ŚNIADANIE			Chleb razowy graham 25g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 5g (MLE) Szynka konserwowa 15g (SEL, GOR)	
	OBIAD	Zupa minestrone z drobnym makar- onem 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Smażone medaliony wieprzowe 120g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z marchewki i jabłka 150g Sos pieczeniowy 100 g (MLE, GLU PSZ) ziemniaki 250g, kompot owocowy z cukrem 300 ml	Zupa jarzynowa z drobnym makaro- nem 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Medaliony wieprzowe z pieca 120g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z marchewki i jabłka 150g Sos pieczeniowy 100 g (MLE, GLU PSZ) ziemniaki 250g, kompot owocowy z cukrem 300 ml	Zupa minestrone z drobnym makaro- nem 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Medaliony wieprzowe z pieca 120g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z marchewki i jabłka 150g Sos pieczeniowy 100 g (MLE, GLU PSZ) ziemniaki 250g, kompot owocowy bez cukru 300 ml	Zupa jarzynowa z drobnym makaro- nem 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Medaliony wieprzowe z pieca 120g (GLU PSZ, JAJ) Marchewka na ciepło 150g Sos pieczeniowy 100 g (MLE, GLU PSZ) ziemniaki 250g, kompot owocowy z cukrem 300 ml
	PODWIECZOREK			Kisiel owocowy 150g	
	KOLACJA	Herbata z cukrem 300ml, chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki)100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) polędwica sopocka 60g (SEL, GOR) papyka świeża 50g	Herbata z cukrem 300ml, chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki)100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) polędwica sopocka 60g (SEL, GOR) mix sałat 30 g	Herbata bez cukru 300ml, chleb razowy graham (4 kromki)100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) polędwica sopocka 60g (SEL, GOR) papyka świeża 50g	Herbata z cukrem 300ml, bułka pszenna długa krojona (4 kromki) 100g (GLU PSZ) masło 82% 10g (MLE) wędlina drobiowa 80 g (SEL, GOR)
	POSILEK NOCNY			Chleb razowy graham 25g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 5g (MLE) Ser żółty 15 g (MLE)	
WARTOŚCI ODŻYWCZE		E:2234 kcal; B:87,7g; T:62,2g; Kw. tł. nasycc.: 23,7g W:311,9g w tym cukry: 113,3g; Bł: 32,3g; Sól:4,4g	E:2187kcal; B:85,2g; T:54,6g; Kw. tł. nasycc.: 21,1g W:301,8g w tym cukry: 128,1g; Bł:23,9g; Sól:4,2g	E:2219 kcal; B:95,7g; T:63,2g; Kw. tł. nasycc.: 23,8g, W:312,9g w tym cukry: 114,3g; Bł: 32,3g; Sól:4,5g	E:2088kcal; B:88,2g; T:46,6g; Kw. tł. nasycc.: 20,1g W:321,4g w tym cukry: 124,1g; Bł:21,9g; Sól:4,6g

		RZESZ Podstawowa	RZESZ Lekkostrawna	RZESZ Cukrzycowa	RZESZ Wątrobowa/ Trzustkowa/Wrzodowa
07.05.2026 Czwartek	ŚNIADANIE	Kawa zbożowa z cukrem 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 10g (MLE) Pasta z twarogu i makreli w sosie pomidorowym 60 g(MLE, RYB) ogórek świeży 50g	Kawa zbożowa z cukrem 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g(GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) Pasta z twarogu i makreli 60g (MLE, RYB) pomidor 70g/1 szt	Kawa zbożowa bez cukru 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) chleb razowy graham (4 kromki) 100g(GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) Pasta z twarogu i makreli w sosie pomidorowym 60 g(MLE, RYB) ogórek świeży 50g	Kawa zbożowa z cukrem 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) bułka pszenna długa krojona (4 kromki)100g (GLU PSZ) masło 82% 10g (MLE) tuńczyk 80g (RYB)
	II ŚNIADANIE			Chleb razowy graham 25g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 5g (MLE) połudwica sopocka 15g (SEL, GOR)	
	OBIAD	Zupa krem z pieczarek z grzankami 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Makaron spaghetti 200g (GLU PSZ) sos boloński 200g (GLU PSZ, SEL) Gotowany brokuł 150 g kompot owocowy z cukrem 300 ml	Zupa koperkowa z ryżem 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Makaron spaghetti 200g (GLU PSZ) sos boloński 200g (GLU PSZ, SEL) Pieczona cukinia 150 g kompot owocowy z cukrem 300 ml	Zupa koperkowa z ryżem 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Makaron pełnoziarnisty spaghetti 200g (GLU PSZ) sos boloński 200g (GLU PSZ, SEL) Gotowany brokuł 150 g kompot owocowy bez cukru 300 ml	Zupa koperkowa z ryżem 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Pulpeciki drobiowe 120 g (GLU PSZ) Sos koperkowy 100 g (SEL, MLE) ziemniaki 250 g Pieczona cukinia 150 g kompot owocowy z cukrem 300 ml
	PODWIECZOREK			Pomarańcza 150g/1 szt	
	KOLACJA	Herbata z cukrem 300ml, chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki)100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) galaretka drobiowa 150g (SEL) , cytryna 10g, mix sałat 30g	Herbata z cukrem 300ml, chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki)100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) galaretka drobiowa 150g (SEL) , cytryna 10g, mix sałat 30g	Herbata bez cukru 300ml, chleb razowy graham (4 kromki)100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) galaretka drobiowa 150g (SEL) , cytryna 10g, mix sałat 30g	Herbata z cukrem 300ml, bułka pszenna długa krojona (4 kromki) 100g (GLU PSZ) masło 82% 10g (MLE) twaróg 80g (MLE),
	POSIŁEK NOCNY			Chleb razowy graham 25g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 5g (MLE) Serek topiony 15 g (MLE)	
WARTOŚCI ODŻYWCZE		E: 2167kcal; B:80,2g; T:56,6g; Kw. tł. nasc.: 20,1g W: 321,9g w tym cukry: 110,7g; Bł: 25,7g; Sól:4,5g	E: 2148kcal; B:79,1g; T:56,2g; Kw. tł. nasc.: 20,1g W: 327 w tym cukry: 110,5g; Bł: 25,7g; Sól:4,5g	E: 2232kcal; B:91,8g; T:67,9g; Kw. tł. nasc.: 21,7g W:338,7g w tym cukry: 59,3g; Bł:46,5g; Sól:6,2g	E: 2142kcal; B:82,8g; T:54,7g; Kw. tł. nasc.: 20,6g W: 325,5g w tym cukry: 109,3g; Bł: 17,4g; Sól:4,5g

		RZESZ Podstawowa	RZESZ Lekkostrawna	RZESZ Cukrzycowa	RZESZ Wątrobowa/ Trzustkowa/Wrzodowa
08.05.2026 Piątek	ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE); chleb mieszany pszenno-żytni (3 kromki) 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT); herbata z cytryną i cukrem 300 ml; miód 60 g masło 82% 10g (MLE) jabłko 100g/1 szt	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE); chleb mieszany pszenno-żytni (3 kromki) 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT); herbata z cytryną i cukrem 300 ml; miód 60 g masło 82% 10g (MLE) jabłko 100g/1 szt	Jogurt naturalny 180 ml/ 1szt (MLE) chleb razowy graham (3 kromki) 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT); herbata z cytryną bez cukru 300 ml; Ser żółty 60g (MLE) sałata lodowa 30g/ 1 szt masło 82% 10g (MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE); bułka pszenna długa krojona (3 kromki) 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT); herbata z cukrem 300 ml; miód 60 g masło 82% 10g (MLE) jabłko pieczone 100g/1 szt
	II ŚNIADANIE			Chleb razowy graham 25g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 5g (MLE) pasztet sojowy 15g (GOR, SOJ)	
	OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Ryba w złocistej panierce 140 g (RYB, JAJ, GLU PSZ) ziemniaki 250g, Marchewka na ciepło z groszkiem 150g GLU PSZ) kompot owocowy z cukrem 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Pieczona ryba 120 g (RYB) Sos pietruszkowy 100g (MLE) Ziemniaki 250 g; Marchewka na ciepło 150g kompot owocowy z cukrem 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Pieczona ryba 120 g (RYB) Sos pietruszkowy 100g (MLE) ziemniaki 250g, Marchewka na ciepło z groszkiem 150g GLU PSZ) kompot owocowy bez cukru 300 ml	Zupa grysikowa 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Pieczona ryba 120 g (RYB) Sos pietruszkowy 100g (MLE) Ziemniaki 250 g; Marchewka na ciepło 150g kompot owocowy z cukrem 300 ml
	PODWIECZOREK			Jabłko 150g/ 1szt	
	KOLACJA	Herbata z cukrem 300ml, chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki)100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) Jajko gotowane 50g/ 1 szt (JAJ) rukola 30g	Herbata z cukrem 300ml, chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki)100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) Jajko gotowane 50g/ 1 szt (JAJ) rukola 30g	Herbata bez cukru 300ml, chleb razowy graham (4 kromki)100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) Jajko gotowane 50g/ 1 szt (JAJ) rukola 30g	Herbata z cukrem 300ml, bułka pszenna długa krojona (4 kromki) 100g (GLU PSZ) masło 82% 10g (MLE) Białka jaja 80g (JAJ)
	POSILEK NOCNY			Chleb razowy graham 25g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 5g (MLE) twaróg 15g (MLE)	
WARTOŚCI ODŻYWCZE		E:2314 kcal; B:85,1g; T:76,2g; Kw. tł. nasyc.: 26,8g W:327,9g w tym cukry: 111,0g; Bł: 29,3g; Sól:5,2g	E:2123kcal; B:84,8g; T:65,6g; Kw. tł. nasyc.: 26,1g W:325,8g w tym cukry: 112,1g; Bł:23,9g; Sól:4,6g	E:2336 kcal; B:84,6g; T:74,2g; Kw. tł. nasyc.: 28,8g, W:342,9g w tym cukry: 52,3g; Bł: 37,3g; Sól:5,3g	E:2125kcal; B:88,2g; T:63,7g; Kw. tł. nasyc.: 22,8g W:329,4g w tym cukry: 114,1g; Bł:18,9g; Sól:4,8g

		RZESZ Podstawowa	RZESZ Lekkostrawna	RZESZ Cukrzycowa	RZESZ Wątrobowa/ Trzustkowa/Wrzodowa
09.05.2026 Sobota	ŚNIADANIE	Kawa zbożowa z cukrem 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 10g (MLE) Pasta z twarogu i tuńczyka 60g (MLE, RYB) sałata lodowa 30 g	Kawa zbożowa z cukrem 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g(GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) Pasta z twarogu i tuńczyka 60g (MLE, RYB) sałata lodowa 30 g	Kawa zbożowa bez cukru 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) chleb razowy graham (4 kromki) 100g(GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) Pasta z twarogu i tuńczyka 60g (MLE, RYB) , lodowa sałata 30g	Kawa zbożowa z cukrem 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) bułka pszenna długa krojona (4 kromki)100g (GLU PSZ) masło 82% 10g (MLE) Pasta z twarogu i tuńczyka 80g (MLE, RYB)
	II ŚNIADANIE			Chleb razowy graham 25g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 5g (MLE) szynka wieprzowa 15g (SOJ, GOR)	
	OBIAD	Barszcz biały z ziemniakami 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Kiełbasa zapiekana z cebulką 120 g (GOR, GLU PSZ) Ziemniaki 250g, Surówka z kapusty czerwonej 150 g kompot owocowy z cukrem 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Klops wieprzowy 120g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy100 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 250g, Pieczona dynia 150g kompot owocowy z cukrem 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Klops wieprzowy 120g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy100 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 250g, Surówka z kapusty czerwonej 150 g kompot owocowy bez cukru 300 ml	Zupa ziemniaczana 450 ml (MLE, SEL, GLU PSZ) Klops wieprzowy 120g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy100 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 250g, Pieczona dynia 150g kompot owocowy z cukrem 300 ml
	PODWIECZOREK			Mus owocowy bez cukru 150 ml	
	KOLACJA	Herbata z cukrem 300ml, chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki)100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) polędwica sopocka 60g (SEL, GOR) pomidor 70g / 1 szt	Herbata z cukrem 300ml, chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki)100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) polędwica sopocka 60g (SEL, GOR) pomidor 70g / 1 szt	Herbata bez cukru 300ml, chleb razowy graham (4 kromki)100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) polędwica sopocka 60g (SEL, GOR) pomidor 70g / 1 szt	Herbata z cukrem 300ml, bułka pszenna długa krojona (4 kromki) 100g (GLU PSZ) masło 82% 10g (MLE) wędzina drobiowa 80 g (SEL, GOR)
	POSIŁEK NOCNY			Chleb razowy graham 25g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 5g (MLE) pasztet drobiowy 15g (SOJ, GOR)	
	WARTOŚCI ODŻYWCZE	E: 2294kcal; B: 85,6g; T: 75g; Kw. tł. nasyc.: 25,8g; W: 318,8g; w tym cukry: 116g; Bł: 30g; Sól: 4,9g	E: 2196kcal; B: 84,50g; T:62,8g; Kw. tł. nasyc.: 18,8g; W: 312,8g; w tym cukry: 115g; Bł: 27g; Sól: 4,6g	E: 2315kcal; B: 91,7g; T: 73g; Kw. tł. nasyc.: 21,6g; W: 326,8g; w tym cukry: 78g; Bł: 38,6g; Sól: 5,2g	E: 2130kcal; B: 87,1g; T: 55g; Kw. tł. nasyc.: 18,6g; W: 317,8g; w tym cukry: 110g; Bł: 19,6g; Sól: 5,0g

		RZESZ Podstawowa	RZESZ Lekkostrawna	RZESZ Cukrzycowa	RZESZ Wątrobowa/ Trzustkowa/Wrzodowa
10.05.2026 Niedziela	ŚNIADANIE	Kakao z cukrem 300ml (MLE) chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 10g (MLE) Kiełbasa krakowska 60g (SEL, GOR) ogórek świeży 50g	Kakao z cukrem 300ml (MLE) chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) wędlina drobiowa 60 g (SEL, GOR) rukola 30g	Kakao bez cukru 300ml (MLE) chleb razowy graham (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) Kiełbasa krakowska 60g (SEL, GOR) ogórek świeży 50g	Kawa zbożowa z cukrem 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) bułka pszenna długa krojona (4 kromki) 100g (GLU PSZ) masło 82% 10g (MLE) wędlina drobiowa 80 g (SEL, GOR)
	II ŚNIADANIE			Chleb razowy graham 25g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 5g (MLE) serek topiony 15g (MLE)	
	OBIAD	Rosół z makaronem 450 ml (SEL, GLU PSZ) Kotlet drobiowy devolay 140g (MLE, GLU PSZ, JAJ, MLE) ziemniaki 250g Surówka z kapusty pekińskiej 150g kompot owocowy z cukrem 300 ml	Rosół z makaronem 450 ml (SEL, GLU PSZ) Pieczony filet drobiowy w ziołach 120 g, ziemniaki 250g Sos warzywny 100 g (SEL, MLE) Pieczona cukinia 150g kompot owocowy z cukrem 300 ml	Rosół z makaronem 450 ml (SEL, GLU PSZ) Pieczony filet drobiowy w ziołach 120 g, ziemniaki 250g Sos warzywny 100 g (SEL, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej 150g kompot owocowy bez cukru 300 ml	Rosół z makaronem 450 ml (SEL, GLU PSZ) Pieczony filet drobiowy w ziołach 120 g, ziemniaki 250g Sos warzywny 100 g (SEL, MLE) Pieczona cukinia 150g kompot owocowy z cukrem 300 ml
	PODWIECZOREK			Budyń waniliowy bez cukru 150g (MLE)	
	KOLACJA	Herbata z cukrem 300ml, chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) Pasta z twarogu i szczypiorku 60g (MLE) mix sałat 30 g	Herbata z cukrem 300ml, chleb mieszany pszenno-żytni (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) Pasta z twarogu i pietruszki 60g (MLE) mix sałat 30 g	Herbata bez cukru 300ml, chleb razowy graham (4 kromki) 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło 82% 10g (MLE) Pasta z twarogu i szczypiorku 60g (MLE) mix sałat 30 g	Herbata z cukrem 300ml, bułka pszenna długa krojona (4 kromki) 100g (GLU PSZ) masło 82% 10g (MLE) Pasta z twarogu i pietruszki 80g (MLE)
	POSIŁEK NOCNY			Chleb razowy graham 25g (GLU PSZ, GLU ŻYT); masło 82% 5g (MLE) szynka drobiowa 15g (SOJ, GOR)	
	WARTOŚCI ODŻYWCZE	E: 2317kcal; B:86,2g; T:85g; Kw. tł. nasyc.: 24,8g W:332,2g w tym cukry: 102,9g; Bł: 27 Sól:5,4g	E: 2215kcal; B:85g; T:63g; Kw. tł. nasyc.: 20,8g W: 334,1g w tym cukry: 102,3g; Bł: 22,0g; Sól:5,5g	E: 2342 kcal; B:92g; T:76g; Kw. tł. nasyc.: 23,8g W:352,0g w tym cukry: 54,7g; Bł: 39,7g; Sól:6,1g	E: 2138kcal; B:83g; T:58g; Kw. tł. nasyc.: 18,7g W: 324,9g w tym cukry: 102,5g; Bł: 17,2g; Sól:5,0g