

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Podstawowa DO1 02-11.04.2026 Razem E: 1813.2 kcal B 93.3 g T 56.8 g W 248.5 g SFA 27.9 g Cukry 49.6 g Sól 8.5 g Błonnik 22.6 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (1, 7) Pasta pomidorowa 60g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; (1) ogórek kiszony 60g; szynka z piersi kurczaka 40g; masło ekstra 10g; (7)		Rosół drobiowy z makaronem 400g (1, 9) Kompot bez cukru 220g Sos do potrawki z kurczaka w lekkim sosie jogurtowym z rodzynkami 100g (1, 6, 7, 9, 12) Duszony kurczak 100g ryż biały, gotowany 150g; marchew z groszkiem, gotowana 100g; (1, 7)	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb baltonowski 100g; (1) papryka czerwona, słodka 50g; ser, gouda tłusty 40g; (7) szynka delikatesowa z kurczaka 40g; masło ekstra 10g; (7)	sok pomidorowy 250g; biszkopty 9g; (1, 3)
Łatwostrawna DO2 02-11.04.2026 Razem E: 1741.1 kcal B 93.1 g T 51.0 g W 242.4 g SFA 23.4 g Cukry 51.1 g Sól 7.2 g Błonnik 21.5 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (1, 7) Pasta pomidorowa 60g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; (1) cukinia, ze skórą, gotowana, odsączona, bez soli 80g; szynka z piersi kurczaka 40g; masło ekstra 10g; (7)		Rosół drobiowy z makaronem drobnym 400g (1, 9) Kompot bez cukru 220g Sos do potrawki z kurczaka w lekkim sosie jogurtowym z rodzynkami 100g (1, 6, 7, 9, 12) Duszony kurczak 100g ryż biały, gotowany 150g; marchew, gotowana, odsączona, bez soli 100g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; (1) Buraki gotowane 80g; mozzarella, z częściowo odtłuszczonego mleka, twardy 40g; (7) szynka delikatesowa z kurczaka 40g; masło ekstra 10g; (7)	sok pomidorowy 250g;
Z ogr. łatwo przys. węglowodanów DO3 02-11.04.2026 Razem E: 1779.4 kcal B 109.2 g T 55.3 g W 233.6 g SFA 24.4 g Cukry 34.1 g Sól 9.3 g Błonnik 39.9 g	Pasta pomidorowa 60g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; (1) ogórek kiszony 60g; szynka z piersi kurczaka 40g; masło ekstra 10g; (7)	SALAATKA Z FETY MAKARONU PEŁNOZIARNISTEGO I SALATY 200g (1, 7)	Rosół drobiowy z makaronem pełnoziarnistym 400g (1, 9) Surówka z marchwi bez cukru 100g (7) Kompot bez cukru 220g Sos do potrawki z kurczaka w lekkim sosie jogurtowym z rodzynkami 100g (1, 6, 7, 9, 12) Duszony kurczak 150g ryż brązowy, gotowany 150g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; (1) papryka czerwona, słodka 50g; mozzarella, z częściowo odtłuszczonego mleka, twardy 40g; (7) szynka delikatesowa z kurczaka 40g; masło ekstra 10g; (7)	Salatka z kaszą bulgur 250g (1, 3, 7)

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Podstawowa DO1 02-11.04.2026 Razem E: 2009,0 kcal B 94,6 g T 63,2 g W 281,8 g SFA 29,8 g Cukry 73,1 g Sól 6,2 g Błonnik 28,8 g	Zupa mleczna z ryżem 400g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; (1) Papryka czerwona 50g; ser twarogowy półtłusty 50g; (7) dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 30g; masło ekstra 10g; (7)		Zupa jarzynowa z soczewicą 400g (9) Kompot bez cukru 220g Sos a la bolognese 400g makaron spaghetti z mąki pszennej pełnoziarnistej, gotowany 150g; (1)	Salatka makaronowa z burakiem, tartym jabłkiem, twarogiem w lekkim sosie jogurtowym 60g (1, 3, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; (1) pomidory, cherry 80g; mozzarella, z pełnego mleka 40g; (7) masło ekstra 10g; (7)	Koktajl jabłkowo-cynamonowy 200g (7)
Łatwostrawna DO2 02-11.04.2026 Razem E: 1977,7 kcal B 96,4 g T 61,2 g W 272,1 g SFA 28,7 g Cukry 77,5 g Sól 6,4 g Błonnik 22,4 g	Zupa mleczna z kaszą manną 400g (1, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; Buraki gotowane 100g; chleb pszenny 100g; (1) ser twarogowy chudy 50g; (7) dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 30g; masło ekstra 10g; (7)		Zupa jarzynowa 400g (9) Sos a la bolognese 400g Kompot bez cukru 220g makaron kokardki, gotowany (Lubella) 150g; (1)	Salatka makaronowa z burakiem, tartym jabłkiem, twarogiem w lekkim sosie jogurtowym 60g (1, 3, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; (1) pomidory, czerwone 80g; mozzarella, z pełnego mleka 40g; (7) masło ekstra 10g; (7)	Koktajl jabłkowo-cynamonowy 200g (7)
Z ogr. łatwo przys. węglowodanów DO3 02-11.04.2026 Razem E: 1844,3 kcal B 89,1 g T 54,8 g W 269,2 g SFA 24,5 g Cukry 63,9 g Sól 5,9 g Błonnik 38,7 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; (1) papryka czerwona, słodka 50g; ser twarogowy półtłusty 50g; (7) dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 30g; masło ekstra 10g; (7)	jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150g; (7) płatki owsiane 30g; (1) ogórek 20g;	Zupa jarzynowa z soczewicą 400g (9) Sos a la bolognese 400g Kompot bez cukru 220g makaron pszenny pełnoziarnisty, gotowany 150g; (1)	Salatka makaronowa z burakiem, tartym jabłkiem, twarogiem w lekkim sosie jogurtowym 100g (1, 3, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; (1) mozzarella, z pełnego mleka 20g; (7) masło ekstra 10g; (7)	Koktajl jabłkowo-cynamonowy 200g (7)

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Podstawowa DO1 02-11.04.2026 Razem E: 2009.3 kcal B 103.3 g T 65.4 g W 268.1 g SFA 27.7 g Cukry 58.1 g Sol 6.4 g Błonnik 31.1 g	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g (1, 7) Pasta z czerwonej soczewicy 60g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; (1) ogórek kiszony 60g; szynka z piersi kurczaka 40g; masło ekstra 10g; (7)		Zupa krem z marchwi z groszkiem ptysiowym 350g (1, 3, 6, 9) Puree ziemniaczane 200g (7) Kompot bez cukru 220g Dorsz duszony po grecku 400g (4, 9)	Sałatka gyros 205g (1, 3, 10) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; (1) masło ekstra 10g; (7)	Budyń bez cukru z owocami 250g (7)
Łatwostrawna DO2 02-11.04.2026 Razem E: 2030.0 kcal B 108.3 g T 63.7 g W 272.5 g SFA 30.8 g Cukry 63.2 g Sol 5.4 g Błonnik 29.7 g	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 400g (1, 7) Pasta marchewkowa 60g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; (1) cukinia, ze skórą, gotowana, odsączona, bez soli 80g; szynka z piersi kurczaka 40g; masło ekstra 10g; (7)		Zupa krem z marchwi z groszkiem ptysiowym 350g (1, 3, 6, 9) Puree ziemniaczane 200g (7) Kompot bez cukru 220g Dorsz duszony po grecku 400g (4, 9)	Sałatka z gotowanym kurczakiem i drobnym makaronem 200g (1, 3, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; (1) masło ekstra 10g; (7)	Budyń bez cukru 250g (7)
Z ogr. łatwo przys. węglowodanów DO3 02-11.04.2026 Razem E: 1837.3 kcal B 95.8 g T 48.7 g W 276.8 g SFA 17.8 g Cukry 46.1 g Sol 7.5 g Błonnik 43.7 g	Pasta z czerwonej soczewicy 60g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; (1) ogórek kiszony 60g; szynka z piersi kurczaka 40g; masło ekstra 10g; (7)	pomidory, cherry 30g; chleb chrupki 30g; (1)	Zupa z marchwii z makaronem pełnoziarnistym 350g (1, 9) Kompot bez cukru 220g Dorsz duszony po grecku 400g (4, 9) ziemniaki, gotowane, bez skóry, mięsz, z solą 200g;	Sałatka gyros 205g (1, 3, 10) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb żytni razowy 100g; (1) masło ekstra 10g; (7)	Budyń bez cukru 250g (7)

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Podstawowa DO1 02-11.04.2026 Razem E: 2237,9 kcal B 98,8 g T 94,6 g W 257,1 g SFA 41,9 g Cukry 49,0 g Sól 7,5 g Błonnik 21,5 g	Zupa mleczna z ryżem 400g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; (1) sałatka jarzynowa z warzyw gotowanych z majonezem 60g; (3, 9) jaja gotowane 60g; (3) szynka wieprzowa, gotowana 20g; masło ekstra 10g; (7) majonez lekki (light) 10g; (3, 10)		Żurek domowy z białą kielbasą 400g (1, 7, 9, 10, 12) Pieczeń rzymska 165g (1, 3) Puree ziemniaczane 200g (7) Surówka z marchewki i jabłka 80g (7) Kompot bez cukru 220g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; filet z kurczaka w galarecie 100g; chleb baltonowski 100g; (1) pomidory, czerwone 50g; serek śmietankowy do smarowania, naturalny 40g; (7) masło ekstra 10g; (7)	Ciasto drożdżowe z owocami 80g (1, 3, 7)
Łatwostrawna DO2 02-11.04.2026 Razem E: 2348,6 kcal B 101,4 g T 91,4 g W 290,3 g SFA 40,9 g Cukry 52,7 g Sól 6,7 g Błonnik 22,3 g	Zupa mleczna z ryżem 400g (7) Jajko gotowane na twardo 60g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; (1) sałatka jarzynowa z warzyw gotowanych z majonezem 60g; (3, 9) szynka wieprzowa, gotowana 20g; masło ekstra 10g; (7) majonez lekki (light) 10g; (3, 10)		Puree ziemniaczane 200g (7) Warzywa duszone (brokuł i marchew) 90g Kompot bez cukru 220g Żurek domowy bez kielbasy 400g (1, 7, 9, 12) Pieczeń rzymska 160g (1, 3)	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; (1) filet z kurczaka w galarecie 100g; pomidory, czerwone 80g; serek śmietankowy do smarowania, naturalny 40g; (7) masło ekstra 10g; (7)	Ciasto drożdżowe z owocami 150g (1, 3, 7)
Z ogr. łatwo przys. węglowodanów DO3 02-11.04.2026 Razem E: 2309,4 kcal B 95,1 g T 105,7 g W 262,9 g SFA 41,7 g Cukry 33,4 g Sól 11,0 g Błonnik 37,9 g	Jajko gotowane na twardo 60g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; (1) sałatka jarzynowa z warzyw gotowanych z majonezem 60g; (3, 9) szynka wieprzowa, gotowana 20g; masło ekstra 10g; (7)	chleb żytni razowy 100g; (1) ogórek kiszony 60g; serek śmietankowy do smarowania, naturalny 30g; (7)	Kompot bez cukru 220g Puree ziemniaczane 200g (7) Surówka z marchwi bez cukru 80g (7) Żurek domowy z białą kielbasą 400g (1, 7, 9, 10, 12) pieczeń rzymska 160g; (1, 3, 10)	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; (1) pomidory, czerwone 50g; serek śmietankowy do smarowania, naturalny 40g; (7) szynka wieprzowa, gotowana 40g; masło ekstra 10g; (7)	jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150g; (7) pomidory, cherry 30g;

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Podstawowa DO1 02-11.04.2026 Razem E: 1971,5 kcal B 111,6 g T 63,8 g W 252,1 g SFA 30,4 g Cukry 41,0 g Sol 6,8 g Błonnik 24,8 g	Zupa mleczna z makaronem 400g (1, 7) Paszтет, wyrób własny 30g (9) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; (1) ogórek kiszony 60g; ser, gouda tłusty 40g; (7) masło ekstra 10g; (7)		Zupa koperkowa z makaronem drobnym 400g (1, 7, 9) Gulasz wieprzowy duszony 400g (1) Kompot bez cukru 220g kasza gryczana prażona, gotowana 150g; kapusta kiszona 100g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; (1) pomidory, czerwone 50g; ser twarogowy półtłusty 50g; (7) szynka wieprzowa, gotowana 40g; masło ekstra 10g; (7)	Salatka z gotowanym kurczakiem i drobnym makaronem 100g (1, 3, 7)
Łatwostrawna DO2 02-11.04.2026 Razem E: 1985,1 kcal B 121,7 g T 56,9 g W 257,4 g SFA 27,0 g Cukry 39,5 g Sol 5,6 g Błonnik 21,6 g	Zupa mleczna z makaronem 400g (1, 7) Pasta drobiowa lekkostrawna 60g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; (1) cukinia, ze skórą, gotowana, odsączona, bez soli 50g; mozzarella, z częściowo odtłuszczonego mleka 40g; (7) masło ekstra 10g; (7)		Zupa koperkowa z makaronem 400g (1, 7, 9) Gulasz wieprzowy duszony 400g (1) Buraczki gotowane tarte 80g Kompot bez cukru 220g kasza kuskus, po obróbce termicznej 150g; (1)	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; (1) pomidory, czerwone 50g; ser twarogowy chudy 50g; (7) szynka z piersi kurczaka 40g; masło ekstra 10g; (7)	Salatka z gotowanym kurczakiem i drobnym makaronem 100g (1, 3, 7)
Z ogr. łatwo przys. węglowodanów DO3 02-11.04.2026 Razem E: 1931,2 kcal B 106,6 g T 59,8 g W 266,9 g SFA 25,3 g Cukry 26,4 g Sol 7,5 g Błonnik 45,6 g	Pasta drobiowa lekkostrawna 60g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 190g; (1) ogórek kiszony 60g; mozzarella, z częściowo odtłuszczonego mleka, twarde 40g; (7) masło ekstra 10g; (7)	Warzywa z hummusem 100g (9, 11)	Zupa koperkowa z makaronem pełnoziarnistym 400g (1, 7, 9) Gulasz wieprzowy duszony 400g (1) Kompot bez cukru 220g kasza gryczana prażona, gotowana 150g; kapusta kiszona 100g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; (1) pomidory, czerwone 50g; ser twarogowy półtłusty 50g; (7) szynka wieprzowa, gotowana 40g; masło ekstra 10g; (7)	Salatka z gotowanym kurczakiem i makaronem 100g (1, 3, 7)

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Podstawowa DO1 02-11.04.2026 Razem E: 1951.8 kcal B 96.2 g T 73.0 g W 238.5 g SFA 29.9 g Cukry 55.9 g Sól 7.9 g Błonnik 21.9 g	Zupa mleczna z zacierką 400g (1, 3, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; (1) jaja gotowane 60g; (3) szynka wieprzowa, gotowana 40g; Sałata 30g; masło ekstra 10g; (7)		Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 400g (7, 9) Schab pieczony Schab pieczony 100g Kompot bez cukru 220g Sos własny 100g (1, 9) ziemniaki, gotowane, bez skóry, mięsz, z solą 200g; kalafior, gotowany, odsączony, bez soli 80g;	Pasta mięsna 60g (3, 9, 10) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb baltonowski 100g; (1) ogórek kiszony 60g; serek śmietankowy do smarowania, naturalny 30g; (7) masło ekstra 10g; (7)	maślanka spożywcza, 1,5 % tłuszczu 150g; (7) jabłko 100g;
Łatwostrawna DO2 02-11.04.2026 Razem E: 1907.7 kcal B 104.4 g T 65.1 g W 236.0 g SFA 28.8 g Cukry 57.0 g Sól 7.1 g Błonnik 19.0 g	Zupa mleczna z zacierką 400g (1, 3, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; (1) jaja gotowane 50g; (3) szynka z piersi kurczaka 40g; Sałata 30g; masło ekstra 10g; (7)		Zupa pomidorowa z ryżem białym 400g (7, 9) Kompot bez cukru 220g Schab duszony 100g Sos własny 100g (1, 9) ziemniaki, gotowane, bez skóry, mięsz, z solą 200g; kalafior, gotowany, odsączony, bez soli 80g;	Pasta mięsna 60g (3, 9, 10) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; (1) cukinia, ze skórą, gotowana, odsączona, bez soli 80g; serek śmietankowy do smarowania, naturalny 30g; (7) masło ekstra 10g; (7)	maślanka spożywcza, 1,5 % tłuszczu 150g; (7) jabłko pieczone 100g;
Z ogr. łatwo przys. węglowodanów DO3 02-11.04.2026 Razem E: 1979.1 kcal B 94.7 g T 79.5 g W 239.9 g SFA 27.9 g Cukry 41.6 g Sól 8.2 g Błonnik 37.1 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; (1) jaja gotowane 60g; (3) szynka wieprzowa, gotowana 40g; Sałata 30g; masło ekstra 10g; (7)	Sałatka cesar z grillowanym kurczakiem 150g (1, 3, 7, 10)	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 400g (7, 9) Schab pieczony Schab pieczony 100g Kompot bez cukru 220g Sos własny 100g (1, 9) ziemniaki, gotowane, bez skóry, mięsz, z solą 200g; kalafior, gotowany, odsączony, bez soli 80g;	Pasta mięsna 60g (3, 9, 10) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; (1) ogórek kiszony 60g; serek śmietankowy do smarowania, naturalny 30g; (7) masło ekstra 10g; (7)	maślanka spożywcza, 1,5 % tłuszczu 150g; (7) jabłko 100g;

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Podstawowa DO1 02-11.04.2026 Razem E: 1875,5 kcal B 98,2 g T 46,7 g W 281,7 g SFA 18,4 g Cukry 34,8 g Sól 5,5 g Błonnik 36,3 g	Paszтет z soczewicy 60g (3, 8, 10) Kawa zbożowa z mlekien 250g (1, 7) chleb baltonowski 100g; (1) rzodkiewka 50g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; masło ekstra 10g; (7)		Buraczki gotowane tarte 80g Zupa grochowa 400g (9) Kompot bez cukru 220g Lekki sos szpinakowy 100g (1, 7, 9) Filet na parze 100g Kasza jęczmienna mazurska gotowana 150g; (1)	Pasta twarożek ze szczypiorkiem 60g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; (1) pomidory, czerwone 50g; szynka delikatesowa z kurczaka 40g; masło ekstra 10g; (7)	Gotowany ryż biały z jabłkiem i jogurtem 130g (7)
Łatwostrawna DO2 02-11.04.2026 Razem E: 1744,5 kcal B 97,6 g T 45,9 g W 248,3 g SFA 21,2 g Cukry 34,8 g Sól 6,6 g Błonnik 25,4 g	Kawa zbożowa z mlekien 250g (1, 7) chleb pszenny 100g; (1) kalafior, gotowany, odsączony, bez soli 80g; mozzarella, z częściowo odtłuszczonego mleka 40g; (7) szynka z piersi kurczaka 40g; masło ekstra 10g; (7)		Zupa ziemniaczana 400g (9) Kompot bez cukru 250g Buraczki gotowane tarte 120g Lekki sos szpinakowy 100g (1, 7, 9) Filet na parze 100g Kasza jęczmienna mazurska gotowana 150g; (1)	Pasta twarożek z pietruszką 60g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; (1) pomidory, czerwone bez skórki 50g; szynka delikatesowa z kurczaka 40g; masło ekstra 10g; (7)	Gotowany ryż biały z jabłkiem i jogurtem 130g (7)
Z ogr. łatwo przys. węglowodanów DO3 02-11.04.2026 Razem E: 1849,2 kcal B 95,2 g T 49,9 g W 276,4 g SFA 18,0 g Cukry 34,5 g Sól 5,6 g Błonnik 50,4 g	Paszтет z soczewicy 60g (3, 8, 10) chleb żytni razowy 100g; (1) rzodkiewka 50g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; masło ekstra 10g; (7)	Pasta twarożek ze szczypiorkiem 50g (7) chleb żytni razowy 30g; (1) papryka czerwona, słodka 20g;	Zupa grochowa 400g (9) Kompot bez cukru 250g Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 80g Lekki sos szpinakowy 100g (1, 7, 9) Filet na parze 100g kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150g; (1)	Pasta twarożek ze szczypiorkiem 60g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; (1) pomidory, czerwone 50g; szynka delikatesowa z kurczaka 40g; masło ekstra 10g; (7)	Gotowany ryż brązowy z jabłkiem i jogurtem 100g (7)

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Podstawowa DO1 02-11.04.2026 Razem E: 2146,4 kcal B 103,7 g T 72,3 g W 283,6 g SFA 27,7 g Cukry 44,3 g Sól 9,4 g Błonnik 28,1 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (1, 7) Pasta jajeczna 60g (3, 10) herbata, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; (1) pomidory, czerwone 50g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; masło ekstra 10g; (7)		Surówka z kapusty białej i marchewki 80g Zupa ryżanka z warzywami 400g (9) Filet drobiowy panierowany smażony 160g (1, 3) Kompot bez cukru 220g ziemniaki, gotowane, bez skóry, mięsz, z solą 200g;	Salatka ryżowa z tuńczykiem i ogórkiem konserwowym 100g (3, 4, 7, 10) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; (1) ser, edamski tłusty 40g; (7) masło ekstra 10g; (7)	sok pomidorowy 250g;
Łatwostrawna DO2 02-11.04.2026 Razem E: 2091,5 kcal B 105,1 g T 76,2 g W 257,5 g SFA 30,8 g Cukry 43,2 g Sól 10,6 g Błonnik 24,1 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (1, 7) Pasta jajeczna 60g (3, 10) herbata, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; (1) pomidory, czerwone 50g; szynka z piersi kurczaka 50g; masło ekstra 10g; (7)		Klopsiki drobiowe gotowane w sosie koperkowym 400g (1, 3, 7, 9) Zupa ryżanka z warzywami 400g (9) Kompot bez cukru 220g Buraczki gotowane tarte 50g ziemniaki, gotowane, bez skóry, mięsz, z solą 200g;	Salatka z białym ryżem z tuńczykiem i zieloną fasolką 100g (3, 4, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; (1) mozzarella, z częściowo odtłuszczonego mleka 40g; (7) masło ekstra 10g; (7)	sok pomidorowy 250g;
Z ogr. łatwo przys. węglowodanów DO3 02-11.04.2026 Razem E: 2020,6 kcal B 89,7 g T 80,1 g W 254,5 g SFA 30,6 g Cukry 32,7 g Sól 10,4 g Błonnik 39,9 g	Pasta jajeczna 60g (3, 10) herbata, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; (1) pomidory, czerwone 50g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; masło ekstra 10g; (7)	Salatka z kaszą gryczaną, papryką i fetą 100g (7)	Surówka z kapusty białej i marchewki 80g Klopsiki drobiowe gotowane w sosie koperkowym 400g (1, 3, 7, 9) Zupa ryżanka z warzywami na ryżu brązowym 400g (9) Kompot bez cukru 220g ziemniaki, gotowane, bez skóry, mięsz, z solą 200g;	Salatka ryżowa z tuńczykiem i ogórkiem konserwowym 100g (3, 4, 7, 10) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; (1) mozzarella, z częściowo odtłuszczonego mleka, twardego 40g; (7) masło ekstra 10g; (7)	sok pomidorowy 250g;

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Podstawowa DO1 02-11.04.2026 Razem E: 1799,0 kcal B 96,1 g T 62,0 g W 225,5 g SFA 29,5 g Cukry 41,8 g Sól 6,6 g Błonnik 19,0 g	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 400g (7) herbata, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; (1) ogórek 60g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; ser, gouda tłusty 40g; (7) masło ekstra 10g; (7)		Zupa z brukselką 400g (9) Kompot bez cukru 250g Duszony kurczak 100g Sos po meksykańsku do kurczaka 100g ryż biały, gotowany 100g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; (1) papryka czerwona, słodka 50g; paprykarz "szczeciński" 50g; (4) mozzarella, z pełnego mleka, twarde 40g; (7) masło ekstra 10g; (7)	Galaretką z owocami 200g
Łatwostrawna DO2 02-11.04.2026 Razem E: 1864,2 kcal B 98,4 g T 65,4 g W 231,5 g SFA 26,4 g Cukry 39,2 g Sól 6,1 g Błonnik 18,4 g	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 400g (7) herbata, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; (1) cukinia, ze skórą, gotowana, odsączona, bez soli 80g; szynka delikatesowa z kurczaka 40g; mozzarella, z częściowo odtłuszczonego mleka 40g; (7) masło ekstra 10g; (7)		Zupa krem z białych warzyw 355g (9) Kompot bez cukru 220g Filet na parze 100g Szpinak duszony 100g ryż biały, gotowany 150g;	Papryka pieczona 80g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; (1) paprykarz "szczeciński" 50g; (4) mozzarella, z częściowo odtłuszczonego mleka 40g; (7) masło ekstra 10g; (7)	Galaretką z owocami 200g
Z ogr. łatwo przys. węglowodanów DO3 02-11.04.2026 Razem E: 1788,6 kcal B 93,7 g T 65,9 g W 223,6 g SFA 28,6 g Cukry 33,4 g Sól 6,6 g Błonnik 35,0 g	herbata, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; (1) ogórek 60g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; mozzarella, z częściowo odtłuszczonego mleka, twarde 40g; (7) masło ekstra 10g; (7)	Salatka ryżowa z warzywami, szynką i jogurtem naturalnym 200g (7)	Zupa z brukselką 400g (9) Kompot bez cukru 220g Sos po meksykańsku do kurczaka 100g Duszony kurczak 100g ryż brązowy, gotowany 150g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; (1) papryka czerwona, słodka 60g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; mozzarella, z pełnego mleka, twarde 40g; (7) masło ekstra 10g; (7)	kefir, 1,5% tłuszczu 200g; (7) Papryka czerwona 50g;

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Podstawowa DO1 02-11.04.2026 Razem E: 2082,7 kcal B 89,7 g T 87,1 g W 247,3 g SFA 36,0 g Cukry 58,3 g Sól 4,9 g Błonnik 20,4 g	Zupa mleczna z kaszą manną 400g (1, 7) Pasta jajeczna 60g (3, 10) herbata, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; (1) rzodkiewka 50g; mozzarella, z pełnego mleka 40g; (7) masło ekstra 10g; (7)		Rosół drobiowy z makaronem 400g (1, 9) Pieczone polędwiczki z kurczaka 100g Puree ziemniaczane 200g (7) Surówka z marchwi bez cukru 105g (7) Kompot bez cukru 220g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; (1) ogórek 60g; wieprzowina, schab, pieczony 40g; serek śmietankowy do smarowania, naturalny 30g; (7) masło ekstra 10g; (7)	Ciasto jogurtowe 80g;
Łatwostrawna DO2 02-11.04.2026 Razem E: 1947,8 kcal B 95,0 g T 89,7 g W 200,8 g SFA 36,9 g Cukry 62,3 g Sól 4,1 g Błonnik 18,0 g	Zupa mleczna z kaszą manną 400g (1, 7) Pasta jajeczna 60g (3, 10) herbata, napar bez cukru 220g; marchew, gotowana, odsączona, bez soli 80g; mozzarella, z pełnego mleka 40g; (7) masło ekstra 10g; (7)		Rosół drobiowy z makaronem 400g (1, 9) Puree ziemniaczane 200g (7) Surówka z marchwi drobno tartej bez cukru 100g (7) Kompot bez cukru 220g Pieczone polędwiczki z kurczaka w lekkim sosie 200g (7)	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; (1) cukinia, ze skórą, gotowana, odsączona, bez soli 80g; wieprzowina, schab, pieczony 40g; serek śmietankowy do smarowania, naturalny 30g; (7) masło ekstra 10g; (7)	Ciasto jogurtowe 80g;
Z ogr. łatwo przys. węglowodanów DO3 02-11.04.2026 Razem E: 1823,9 kcal B 80,5 g T 79,7 g W 216,5 g SFA 34,4 g Cukry 34,4 g Sól 7,3 g Błonnik 37,4 g	Pasta jajeczna 60g (3, 10) herbata, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; (1) rzodkiewka 50g; mozzarella, z pełnego mleka 40g; (7) masło ekstra 10g; (7)	Pasta twarożek ze szczypiorkiem 60g (7) chleb żytni razowy 60g; (1) ogórek 30g;	Rosół drobiowy z makaronem pełnoziarnistym 400g (1, 9) Pieczone polędwiczki z kurczaka 100g Puree ziemniaczane 200g (7) Surówka z marchwi bez cukru 100g (7) Kompot bez cukru 220g	chleb żytni razowy 100g; (1) ogórek 60g; wieprzowina, schab, pieczony 40g; serek śmietankowy do smarowania, naturalny 30g; (7) masło ekstra 10g; (7)	sok wielowarzywny 250g; (9)