

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Poniedziałek			
	27.07.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu/trzustkowa
Śniadanie	Pieczywo razowe- pszenno- żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g (SOJ) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 80g w całości na wszystkie diety Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g (SOJ) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20 g Pomidor (bez skóry) 80g Herbata 250 ml	Pieczywo razowe pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50g (SOJ) Twaróg w plastrach 30 g (MLE) Pomidor 80g Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15 g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g (SOJ) Twaróg w plastrach 30 g (MLE) Pomidor (bez skóry) 80g Herbata 250 ml
II śniadanie	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)
Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (GLU,MLE,SEL) Leczo z kielbasą i ryżem 350 g (SEL) Woda 200ml	Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (GLU,MLE,SEL) Leczo z kielbasą i ryżem 350 g (SEL) Woda 200ml	Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (GLU,MLE,SEL) Leczo z kielbasą i ryżem 350 g (SEL) Woda 200ml	Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (GLU,MLE,SEL) Leczo z kielbasą i ryżem 350 g (SEL) Woda 200ml
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowy 30 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek kiszony 40 g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowy 30 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowy 30 g (SOJ) Wędlina drobiowa 20 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowy 30 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowy 30 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowy 30 g (SOJ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT,SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowy 30 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowy 30 g (SOJ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2347 kcal Białko: 96 g Tłuszcz: 64,55 g W tym nasycone kw. tł.: 16,5 g Węglowodany: 359,3 g W tym cukry: 51,6 g Sól: 4,65 g Błonnik: 33,4 g	Energia: 2322 kcal Białko: 95,2 g Tłuszcz: 63,85 g W tym nasycone kw. tł.: 16,5 g Węglowodany: 353,9 g W tym cukry: 51,4 g Sól: 5,6 g Błonnik: 28,2 g	Energia: 1892 kcal Białko: 94,8 g Tłuszcz: 59,7 g W tym nasycone kw. tł.: 16,9 g Węglowodany: 245,85 g W tym cukry: 50,2 g Sól: 5 g Błonnik: 33,2 g	Energia: 2322 kcal Białko: 95,2 g Tłuszcz: 63,85 g W tym nasycone kw. tł.: 16,5 g Węglowodany: 353,9 g W tym cukry: 51,4 g Sól: 5,6 g Błonnik: 28,2 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne posiłki: ZOL 1, ZOL 2

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Wtorek			
	28.07.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem Tłuszczu/ trzustkowa
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Twarożek z koperkiem 50g (MLE) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Twarożek z koperkiem 50g (MLE) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Twarożek z koperkiem 50g (MLE) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Twarożek z koperkiem 50g (MLE) Wędlina drobiowa 30g (SOJ) Sałata 10 g Herbata 250ml
II śniadanie	Płatki jaglane na mleku (MLE) 200ml	Płatki jaglane na mleku (MLE) 200ml	Płatki jaglane na mleku (MLE) 200ml	Płatki jaglane na mleku (MLE) 200ml
Obiad	Krem z buraka pieczonego 350 ml (MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Udko drobiowe duszone w sosie curry 1 szt. (GLU,MLE,SEL) Mizeria 100 g (MLE) Woda 200ml	Krem z buraka pieczonego 350 ml (MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Udko drobiowe duszone w sosie curry 1 szt. (GLU,MLE,SEL) Mizeria 100 g (MLE) Woda 200ml	Krem z buraka pieczonego 350 ml (MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Udko drobiowe duszone w sosie curry 1 szt. (GLU,MLE,SEL) Mizeria 100 g (MLE) Woda 200ml	Krem z buraka pieczonego 350 ml (MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Udko drobiowe duszone w sosie curry 1szt. (GLU,MLE,SEL) Mizeria 100 g (MLE) Woda 200 ml
Podwieczorek	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Ser żółty 15 g (MLE) Pasta z wątróbki 50 g (MLE) Ogórek świeży 40 g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z wątróbki 50 g (MLE) Ogórek świeży (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z wątróbki 50 g (MLE) Ogórek świeży 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z wątróbki 50 g (MLE) Ogórek świeży (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Ser żółty 15 g (MLE) Ogórek świeży 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z wątróbki 30 g (MLE) Ogórek świeży (bez skóry) 40 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z wątróbki 30 g (MLE) Ogórek świeży 40 g	Pieczywo mieszane 45g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z wątróbki 30g (MLE) Ogórek świeży (bez skóry) 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2323 kcal Białko: 111,8 g Tłuszcz: 75,9 g W tym nasycone kw. tł.: 27,7 g Węglowodany: 302,9 g W tym cukry: 52,1 g Sól: 6,5 g Błonnik: 25,6 g	Energia: 2292 kcal Białko: 106,6 g Tłuszcz: 76,5 g W tym nasycone kw. tł.: 26,4 g Węglowodany: 303 g W tym cukry: 52,1 g Sól: 6,85 g Błonnik: 24,3 g	Energia: 2076 kcal Białko: 102,4 g Tłuszcz: 76 g W tym nasycone kw. tł.: 28,1 g Węglowodany: 246,25 g W tym cukry: 50,3 g Sól: 3,9 g Błonnik: 32,4 g	Energia: 2292 kcal Białko: 106,6 g Tłuszcz: 76,5 g W tym nasycone kw. tł.: 26,4 g Węglowodany: 303 g W tym cukry: 52,1 g Sól: 6,85 g Błonnik: 24,3 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie- codziennie na drugie śniadanie mleczne porcji: ZOL 1, ZOL 2

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Środa			
	29.07.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu/ trzustkowa
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Jajka gotowane 2 szt. Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 80 g w całości na wszystkie diety Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Jajka gotowane 2 szt. Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Jajka gotowane 2 szt. Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Jajka gotowane 2 szt. (bez żółtka) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml
II śniadanie	Jogurt owocowy 1 szt.	Jogurt owocowy 1 szt.	Kefir 200 ml (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt.
Obiad	Zupa klopsowa z nutą ogórka 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pierogi ruskie 6 szt. (GLU, JAJ, MLE) Cebula 50 g Woda 200 ml	Zupa klopsowa z nutą ogórka 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pierogi ruskie 6 szt. (GLU, JAJ, MLE) Sos warzywny 50ml (GLU, MLE, SEL) Woda 200 ml	Zupa klopsowa z nutą ogórka 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pierogi ruskie 6 szt. (GLU, JAJ, MLE) Sos warzywny 50ml (GLU, MLE, SEL) Woda 200 ml	Zupa klopsowa z nutą ogórka 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pierogi ruskie 6 szt. (GLU, JAJ, MLE) Sos warzywny 50ml (GLU, MLE, SEL) Woda 200 ml
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Pasta rybna 50 g (MLE) Ogórek świeży 40 g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Pasta rybna 50 g (MLE) Ogórek świeży (bez skóry) 40g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Pasta rybna 50g (MLE) Ogórek świeży 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta rybna (MLE) 50 g Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek świeży (bez skóry) 40g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek świeży 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek świeży 40 g	Pieczywo pszenno- żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek świeży 40 g	Pieczywo mieszane 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek świeży 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2218 kcal Białko: 86,6 g Tłuszcz: 79,65 g W tym nasycone kw. tł.: 21,6 g Węglowodany: 292,6 g W tym cukry: 51,7 g Sól: 4,8 g Błonnik: 25,9 g	Energia: 2108 kcal Białko: 85,75 g Tłuszcz: 68,8 g W tym nasycone kw. tł.: 20,9 g Węglowodany: 294,8 g W tym cukry: 51,5 g Sól: 5,8 g Błonnik: 22,25 g	Energia: 1979 kcal Białko: 93 g Tłuszcz: 73,5 g W tym nasycone kw. tł.: 23,2 g Węglowodany: 236,5 g W tym cukry: 49,9 g Sól: 3,7 g Błonnik: 28,7 g	Energia: 2108 kcal Białko: 85,75 g Tłuszcz: 68,8 g W tym nasycone kw. tł.: 20,9 g Węglowodany: 294,8 g W tym cukry: 51,5 g Sól: 5,8 g Błonnik: 22,25 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne posiłki: ZOL 1, ZOL 2

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Czwartek			
	30.07.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu/ trzustkowa
	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Sałatka makaronowa z wędliną, groszkiem i kukurydzą 150 g (GOR) Sałata 10 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Sałatka makaronowa z wędliną, groszkiem i kukurydzą 150 g (GOR) Sałata 10 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Sałatka makaronowa z wędliną, groszkiem i kukurydzą 150 g (GOR) Sałata 10 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Sałatka makaronowa z wędliną, groszkiem i kukurydzą 150 g (GOR) Sałata 10 g Herbata 250ml
II śniadanie	Koktajl owocowy z jogurtem naturalnym 200 ml (MLE)	Koktajl owocowy z jogurtem naturalnym 200 ml (MLE)	Koktajl owocowy z jogurtem naturalnym 200ml (MLE)	Koktajl owocowy z jogurtem naturalnym 200ml (MLE)
	Krem pomidorowy 350 ml (MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Bitka ze schabu duszona 100g Sos pieprzowy 50 ml (GLU,MLE,SEL) Surówka z czerwonej kapusty 100 g (GOR) Woda 200 ml	Krem pomidorowy 350 ml (MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Bitka ze schabu duszona 100g Sos pieprzowy 50 ml (GLU,MLE,SEL) Fasolka szparagowa gotowana 100 g (GOR) Woda 200 ml	Krem pomidorowy 350 ml (MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Bitka ze schabu duszona 100g Sos pieprzowy 50 ml (GLU,MLE,SEL) Surówka z czerwonej kapusty 100 g (GOR) Woda 200 ml	Krem pomidorowy 350 ml (MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Bitka ze schabu duszona 100g Sos pieprzowy 50 ml (GLU,MLE,SEL) Fasolka szparagowa gotowana 100 g (GOR) Woda 200 ml
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Serdelek drobiowy 1 szt. (SOJ) Ogórek kiszony 40 g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Serdelek drobiowy 1 szt. (SOJ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Serdelek drobiowy 1 szt. (SOJ) Ogórek kiszony 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Serdelek drobiowy 1 szt. (SOJ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
2 kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Ogórek kiszony 40 g Serek topiony (MLE) 20 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Wędlina wieprzowa (SOJ) 30 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Wędlina wieprzowa (SOJ) 30 g
Wartość odżywcza	Energia: 2550 kcal Białko: 95,8 g Tłuszcz: 84,2 g W tym nasycone kw. tł.: 25,4 g Węglowodany: 361,5 g W tym cukry: 52,6 g Sól: 5,4 g Błonnik: 38 g	Energia: 2340 kcal Białko: 95,55 g Tłuszcz: 62,65 g W tym nasycone kw. tł.: 21,4 g Węglowodany: 362,7 g W tym cukry: 52,4 g Sól: 6,6 g Błonnik: 34,8 g	Energia: 2161 kcal Białko: 92,5 g Tłuszcz: 66,7 g W tym nasycone kw. tł.: 21,3 g Węglowodany: 301,2 g W tym cukry: 50,6 g Sól: 4,3 g Błonnik: 40,8 g	Energia: 2340 kcal Białko: 95,55 g Tłuszcz: 62,65 g W tym nasycone kw. tł.: 21,4 g Węglowodany: 362,7 g W tym cukry: 52,4 g Sól: 6,6 g Błonnik: 34,8 g

Platki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne posiłki: ZOL 1, ZOL 2

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Piątek 31.07.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu/ trzustkowa
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Metka łososiowa 40 g (SOJ) Ser żółty 30 g (MLE) Pomidor 80 g w całości na wszystkie diety Kakao 250ml (MLE)	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Metka łososiowa 40 g (SOJ) Serek z papryką 30 g (MLE) Pomidor (bez skóry) 80 g Kakao 250ml (MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 40 g (SOJ) Serek z papryką 30 g Pomidor 80 g Kakao 250ml (MLE)	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Metka łososiowa 40 g (SOJ) Serek z papryką 30 g Pomidor (bez skóry) 80 g Kakao 250ml (MLE)
II śniadanie	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Obiad	Zupa ogórkowa 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Śledź pod pierzynką 100g (MLE) Surówka z kiszonej kapusty 100g Woda 200 ml	Krem warzywny 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Filet z ryby parowanej z cytryną 100 g Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sos koperkowy 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Filet z ryby parowanej 100 g Surówka z kiszonej kapusty 100g Sos koperkowy 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Krem warzywny 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Filet z ryby parowanej 100 g Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sos koperkowy 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml
Podwieczorek	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.	Jogurt naturalny (MLE) 1 szt.	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB,MLE,GOR) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB,MLE,GOR) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g (bez skóry) Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB,MLE,GOR) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB,MLE,GOR) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g (bez skóry) Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g (bez skóry)	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g (bez skóry)
Wartość odżywcza	Energia: 2308 kcal Białko: 93 g Tłuszcz: 81,7 g W tym nasycone kw. tł.: 22,7 g Węglowodany: 311,1 g W tym cukry: 52,8 g Sól: 6,5 g Błonnik: 33,2 g	Energia: 2152 kcal Białko: 90,6 g Tłuszcz: 68,6 g W tym nasycone kw. tł.: 23,9 g Węglowodany: 301,3 g W tym cukry: 51,9 g Sól: 8 g Błonnik: 27,75 g	Energia: 1856 kcal Białko: 86,65 g Tłuszcz: 60,9 g W tym nasycone kw. tł.: 20,5 g Węglowodany: 240 g W tym cukry: 49,8 g Sól: 5 g Błonnik: 34,5 g	Energia: 2152 kcal Białko: 90,6 g Tłuszcz: 68,6 g W tym nasycone kw. tł.: 23,9 g Węglowodany: 301,3 g W tym cukry: 51,9 g Sól: 8 g Błonnik: 27,75 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne porcji: ZOL 1, ZOL 2

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Sobota			
	01.08.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu/ trzustkowa
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50g (SOJ) Miód pszczele 20 g Pomidor 80 g w całości na wszystkie diety Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (SOJ) Wędlina drobiowa 50g (SOJ) Miód pszczele 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50g (SOJ) Twaróg w kostce 30 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50g (SOJ) Miód pszczele 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml
II śniadanie	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Obiad	Ryżanka 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Żołądki drobiowe w sosie śmietankowym z warzywami 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Ryżanka 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Żołądki drobiowe w sosie śmietankowym z warzywami 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Ryżanka 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Żołądki drobiowe w sosie śmietankowym z warzywami 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Ryżanka 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Żołądki drobiowe w sosie śmietankowym z warzywami 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml
Podwieczorek	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ)	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ)	Maślanka 200 ml (MLE)	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ)
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z kurczaka 30 g (SOJ, GOR) Serek topiony 30 g (MLE) Ogórek kiszony 40 g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z kurczaka 30 g (SOJ, GOR) Paprykarz 30 g (MLE) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z kurczaka 30 g (SOJ, GOR) Paprykarz 30g (MLE) Ogórek kiszony 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z kurczaka 30 g (SOJ, GOR) Paprykarz 30 g (RYB,MLE,GOR) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z kurczaka 20 g (SOJ, GOR) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z kurczaka 20 g (SOJ, GOR) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z kurczaka 20 g (SOJ, GOR) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z kurczaka 20 g (SOJ, GOR) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 1846 kcal Białko: 77,1 g Tłuszcz: 54,1 g W tym nasycone kw. tł.: 18,9 g Węglowodany: 269,9 g W tym cukry: 50,2 g Sól: 5,2 g Błonnik: 30,3 g	Energia: 1812 kcal Białko: 75,2 g Tłuszcz: 49,8 g W tym nasycone kw. tł.: 14,9 g Węglowodany: 277,5 g W tym cukry: 50,1 g Sól: 6 g Błonnik: 26,3 g	Energia: 1817 kcal Białko: 86,9 g Tłuszcz: 53 g W tym nasycone kw. tł.: 16,6 g Węglowodany: 251,85 g W tym cukry: 49,7 g Sól: 4,25 g Błonnik: 36,8 g	Energia: 1812 kcal Białko: 75,2 g Tłuszcz: 49,8 g W tym nasycone kw. tł.: 14,9 g Węglowodany: 277,5 g W tym cukry: 50,1 g Sól: 6 g Błonnik: 26,3 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne posiłki: ZOL 1, ZOL 2

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Niedziela 02.08.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu/ trzustkowa
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Jajko gotowane 2 szt. Ogórek świeży 80 g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Jajko gotowane 2 szt. Ogórek świeży 80 g (bez skóry) Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Jajko gotowane 2 szt. Ogórek świeży 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Jajko gotowane 2 szt. (bez żółtka) Ogórek świeży 80 g (bez skóry) Herbata 250ml
II śniadanie	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)
Obiad	Krem z marchewki 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Sznycel drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) Surówka porowa 100g (GOR) Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Krem z marchewki 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Sznycel drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) Brokuł gotowany 100g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Krem z marchewki 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Sznycel drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Surówka porowa 100g (GOR) Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Krem z marchewki 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Sznycel drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) Brokuł gotowany 100g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 30g (SOJ, GOR) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 30g (SOJ, GOR) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 30 g (SOJ, GOR) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 30 g (SOJ, GOR) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 20g (SOJ, GOR) Sałata 10 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 20g (SOJ, GOR) Sałata 10 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 20 g (SOJ, GOR) Sałata 10 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 20g (SOJ) Sałata 10 g
Wartość odżywcza	Energia: 2383 kcal Białko: 137,3 g Tłuszcz: 62,7 g W tym nasycone kw. tł.: 20,7 g Węglowodany: 324,8 g W tym cukry: 52,4 g Sól: 8,7 g Błonnik: 33,8 g	Energia: 2331 kcal Białko: 136 g Tłuszcz: 61,35 g W tym nasycone kw. tł.: 20,3 g Węglowodany: 319,6 g W tym cukry: 52,3 g Sól: 8,65 g Błonnik: 27,3 g	Energia: 2063 kcal Białko: 124,3 g Tłuszcz: 63,7 g W tym nasycone kw. tł.: 23 g Węglowodany: 251,3 g W tym cukry: 51,3 g Sól: 6,6 g Błonnik: 36,6 g	Energia: 2331 kcal Białko: 136 g Tłuszcz: 61,35 g W tym nasycone kw. tł.: 20,3 g Węglowodany: 319,6 g W tym cukry: 52,3 g Sól: 8,65 g Błonnik: 27,3 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne posiłki: ZOL 1, ZOL 2

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Poniedziałek			
	03.08.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek świeży 80g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 70 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata 250ml
II śniadanie	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (MLE,SEL) Makaron ryżowy po chińsku z kurczakiem i warzywami 350 g (MLE,SEL) Woda 200 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (MLE,SEL) Makaron ryżowy po chińsku z kurczakiem i warzywami 350 g (MLE,SEL) Woda 200 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (MLE,SEL) Makaron ryżowy po chińsku z kurczakiem i warzywami 350 g (MLE,SEL) Woda 200 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (MLE,SEL) Makaron ryżowy po chińsku z kurczakiem i warzywami 350 g (MLE,SEL) Woda 200 ml
Podwieczorek	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta jajeczna 30 g (JAJ,GOR) Wędlina wieprzowa 10 g (SOJ) Pomidor 40g w całości na wszystkie diety Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta jajeczna 30 g (JAJ,GOR) Wędlina wieprzowa 10 g (SOJ) Pomidor 40 g (bez skóry) Herbata 250 ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta jajeczna 30 g (JAJ,GOR) Wędlina wieprzowa 10 g (SOJ) Pomidor 40 g Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta jajeczna 30 g (JAJ,GOR) Wędlina wieprzowa 10 g (SOJ) Pomidor (bez skóry) 40 g Herbata 250 ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta jajeczna 20 g (JAJ,GOR) Wędlina wieprzowa 20 g (SOJ) Pomidor 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta jajeczna na jogurcie 20 g (JAJ,GOR) Wędlina wieprzowa 10 g (SOJ) Pomidor (bez skóry) 40 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta jajeczna na jogurcie 20 g (JAJ,GOR) Wędlina wieprzowa 10 g (SOJ) Pomidor 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta jajeczna na jogurcie 20 g (JAJ,GOR) Wędlina wieprzowa 10 g (SOJ) Pomidor (bez skóry) 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2234 kcal Białko: 92 g Tłuszcz: 62,7 g W tym nasycone kw. tł.: 15,2 g Węglowodany: 330,8 g W tym cukry: 51,6 g Sól: 7,6 g Błonnik: 26,6 g	Energia: 2212 kcal Białko: 91,3 g Tłuszcz: 61,8 g W tym nasycone kw. tł.: 15,1 g Węglowodany: 332,2 g W tym cukry: 51,5 g Sól: 8 g Błonnik: 21,65 g	Energia: 1914 kcal Białko: 87,5 g Tłuszcz: 58,3 g W tym nasycone kw. tł.: 17 g Węglowodany: 264,2 g W tym cukry: 50,1 g Sól: 6 g Błonnik: 33,4 g	Energia: 2212 kcal Białko: 91,3 g Tłuszcz: 61,8 g W tym nasycone kw. tł.: 15,1 g Węglowodany: 332,2 g W tym cukry: 51,5 g Sól: 8 g Błonnik: 21,65 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne posiłki: ZOL 1, ZOL 2

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Wtorek 04.08.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowy 50 g (SOJ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20 g Ogórek świeży 80 g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowy 50 g (SOJ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20g Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno–żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowy 70 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowy 50 g (SOJ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20 g Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata 250ml
II śniadanie	Płatki owsiane na mleku (MLE) 200 ml	Płatki owsiane na mleku (MLE) 200ml	Płatki owsiane na mleku (MLE) 200ml	Płatki owsiane na mleku (MLE) 200ml
Obiad	Zupa buraczkowa 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Gniazodka wieprzowe z serkiem i szpinakiem 100 g (GLU,MLE) Surówka ala Colesław (GOR) Sos o smaku śmietankowym 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Zupa buraczkowa 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Gniazodka wieprzowe z serkiem i szpinakiem 100 g (GLU,MLE) Marchewka gotowana 100 g Sos o smaku śmietankowym 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Zupa buraczkowa 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Gniazodka wieprzowe z serkiem i szpinakiem 100 g (GLU,MLE) Surówka ala Colesław (GOR) Sos o smaku śmietankowym 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Zupa buraczkowa 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Skrzydółka drobiowe pieczone 2 szt. Marchewka gotowana 100 g Sos pietruszkowy 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Paprykarz 30 g (RYB,MLE,GOR) Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Paprykarz 30 g (RYB,MLE,GOR) Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Paprykarz 30 g (RYB,MLE,GOR) Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Paprykarz 30 g (RYB,MLE,GOR) Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paprykarz 20 g (RYB,MLE,GOR) Sałata 10 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paprykarz 20 g (RYB,MLE,GOR) Sałata 10 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paprykarz 20 g (RYB,MLE,GOR) Sałata 10 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paprykarz 20 g (RYB,MLE,GOR) Sałata 10 g
Wartość odżywcza	Energia: 2335 kcal Białko: 101,8 g Tłuszcz: 70,4 g W tym nasycone kw. tł.: 22,7 g Węglowodany: 337,7 g W tym cukry: 52,3 g Sól: 6,9 g Błonnik: 41,2 g	Energia: 2336 kcal Białko: 100,3 g Tłuszcz: 74,7 g W tym nasycone kw. tł.: 27,9 g Węglowodany: 333,8 g W tym cukry: 52,4 g Sól: 7,5 g Błonnik: 35,8 g	Energia: 2191 kcal Białko: 106,5 g Tłuszcz: 72,9 g W tym nasycone kw. tł.: 23,35 g Węglowodany: 288,4 g W tym cukry: 50,5 g Sól: 5 g Błonnik: 46,1 g	Energia: 2336 kcal Białko: 100,3 g Tłuszcz: 74,7 g W tym nasycone kw. tł.: 27,9 g Węglowodany: 333,8 g W tym cukry: 52,4 g Sól: 7,5 g Błonnik: 35,8 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne porcji: ZOL 1, ZOL 2

Posiłek	Środa 05.08.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 80 g w całości na wszystkie diety Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 80 g (bez skóry) Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Wędlina wieprzowa 20 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 80 g (bez skóry) Herbata 250ml
II śniadanie	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.	Jogurt naturalny (MLE) 1 szt.	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.
Obiad	Zupa z soczewicy 350 ml (SEL) Racuchy z jabłkiem 2 szt. (GLU, MLE, JAJ) Dressing jogurtowy z mango 50 ml (MLE) Woda 200ml	Zupa z soczewicy 350 ml (SEL) Racuchy z jabłkiem 2 szt. (GLU, MLE, JAJ) Dressing jogurtowy z mango 50 ml (MLE) Woda 200ml	Zupa z soczewicy 350 ml (SEL) Racuchy z jabłkiem 2 szt. (GLU, MLE, JAJ) Dressing jogurtowy z mango 50 ml (MLE) Woda 200ml	Zupa z soczewicy 350 ml (SEL) Racuchy z jabłkiem 2 szt. (GLU, MLE, JAJ) Dressing jogurtowy z mango 50 ml (MLE) Woda 200ml
Podwieczorek	Owoc 1szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Parówki 2 szt. (SOJ) Serek z koperkiem 10g (MLE) Ogórek świeży 40g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 5g (MLE) Parówki 2 szt. (SOJ) Serek z koperkiem (MLE) 10g Ogórek świeży 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Parówki 2 szt. (SOJ) Serek z koperkiem (MLE) 10g Ogórek świeży 40g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 5 g (MLE) Parówki 2 szt. (SOJ) Serek z koperkiem (MLE) 10g Ogórek świeży (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Serek z koperkiem 20g (MLE) Ogórek świeży 40g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Serek z koperkiem (MLE) 20g Ogórek świeży (bez skóry) 40g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Serek z koperkiem (MLE) 20g Ogórek świeży 40g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5 g (MLE) Serek z koperkiem (MLE) 20g Ogórek świeży (bez skóry) 40g
Wartość odżywcza	Energia: 2393 kcal Białko: 91,55 g Tłuszcz: 59,4 g W tym nasycone kw. tł.: 21,2 g Węglowodany: 380,6 g W tym cukry: 52,5 g Sól: 4,9 g Błonnik: 29,6 g	Energia: 2364 kcal Białko: 90,45 g Tłuszcz: 58,5 g W tym nasycone kw. tł.: 21,1 g Węglowodany: 380,3 g W tym cukry: 52,4 g Sól: 5,9 g Błonnik: 24,35 g	Energia: 2147 kcal Białko: 91,1 g Tłuszcz: 58,9 g W tym nasycone kw. tł.: 23,2 g Węglowodany: 316,4 g W tym cukry: 51,1 g Sól: 3,6 g Błonnik: 32,3 g	Energia: 2364 kcal Białko: 90,45 g Tłuszcz: 58,5 g W tym nasycone kw. tł.: 21,1 g Węglowodany: 380,3 g W tym cukry: 52,4 g Sól: 5,9 g Błonnik: 24,35 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne posiłki: ZOL 1, ZOL 2

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Czwartek			
	06.08.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g (SOJ) Ser żółty 20 g (MLE) Ogórek świeży 80 g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g (SOJ) Serek z koperkiem 30 g (MLE) Ogórek świeży 80 g (bez skóry) Herbata 250ml	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g (SOJ) Serek z koperkiem 30 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g (SOJ) Serek z koperkiem 30 g (MLE) Ogórek świeży 80 g (bez skóry) Herbata 250ml
II śniadanie	Budyń czekoladowy (MLE) 200 ml	Budyń czekoladowy (MLE) 200 ml	Maślanka 150 ml (MLE)	Budyń czekoladowy (MLE) 200 ml
Obiad	Zupa krem z groszku zielonego 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Wątróbka z jabłkiem i cebulą 100g Buraczki tarte 100g Sos warzywny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Zupa krem z groszku zielonego 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Wątróbka z jabłkiem i cebulą 100g Buraczki tarte 100g Sos warzywny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Zupa krem z groszku zielonego 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Wątróbka z jabłkiem i cebulą 100g Buraczki tarte 100g Sos warzywny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Zupa krem z groszku zielonego 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Wątróbka z jabłkiem i cebulą 100g Buraczki tarte 100g Sos warzywny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml
Podwieczorek	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ, MLE)	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ, MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ, MLE)
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta rybna 50 g (RYB, GOR) Pomidor 40 g w całości na wszystkie diety Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta rybna 50 g (RYB, GOR) Pomidor (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta rybna 30 g (RYB, GOR) Pomidor 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta rybna 50 g (RYB, GOR) Pomidor (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 40g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 40 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Serek wiejski 1 szt. (MLE) Pomidor 40 g	Pieczywo pszenne 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2422 kcal Białko: 106,6 g Tłuszcz: 73,1 g W tym nasycone kw. tł.: 25,8 g Węglowodany: 346,8 g W tym cukry: 52,3 g Sól: 5,4 g Błonnik: 35,4 g	Energia: 2397 kcal Białko: 101,7 g Tłuszcz: 73,1 g W tym nasycone kw. tł.: 26,9 g Węglowodany: 349,9 g W tym cukry: 52,4 g Sól: 6,3 g Błonnik: 30,5 g	Energia: 2183 kcal Białko: 112,1 g Tłuszcz: 77,4 g W tym nasycone kw. tł.: 29,9 g Węglowodany: 267,3 g W tym cukry: 50,3 g Sól: 3,35 g Błonnik: 40 g	Energia: 2397 kcal Białko: 101,7 g Tłuszcz: 73,1 g W tym nasycone kw. tł.: 26,9 g Węglowodany: 349,9 g W tym cukry: 52,4 g Sól: 6,3 g Błonnik: 30,5 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne porcji: ZOL 1, ZOL 2

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Piątek 07.08.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Twaróg w kostce 50 g (MLE) Wędlina drobiowa 20 g (SOJ) Sałata 10 g Kakao (MLE) 250 ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Twaróg w kostce 50 g (MLE) Wędlina drobiowa 20 g (SOJ) Sałata 10 g Kakao (MLE) 250 ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Twaróg z kostce 50 g (MLE) Wędlina drobiowa 20 g (SOJ) Sałata 10 g Kakao (MLE) 250 ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Twaróg z kostce 50 g (MLE) Wędlina drobiowa 20 g (SOJ) Sałata 10 g Kakao (MLE) 250 ml
II śniadanie	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Obiad	Rosolnik ukraiński 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Filet z ryby parowany z cytryną 100 g (GLU,JAJ,RYB) Kalafior z bułką tartą 100g (GLU) Sos koperkowy 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Rosolnik ukraiński 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Filet z ryby parowany z cytryną 100 g (GLU,JAJ,RYB) Kalafior gotowany 100g (GLU) Sos koperkowy 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Rosolnik ukraiński 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Filet z ryby parowany z cytryną 100 g (GLU,JAJ,RYB) Kalafior gotowany 100g (GLU) Sos koperkowy 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Rosolnik ukraiński 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Filet z ryby parowany z cytryną 100 g (GLU,JAJ,RYB) Kalafior gotowany 100g (GLU) Sos koperkowy 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml
Podwieczorek	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z ciecierzycy 30 g (GOR) Serek topiony 30 g (MLE) Pomidor 40 g w całości na wszystkie diety Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z ciecierzycy 30 g (GOR) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z ciecierzycy 30 g (GOR) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z ciecierzycy 30 g (GOR) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor (bez skóry) 40g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Serek topiony 20 g (MLE) Pomidor 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z ciecierzycy 20 g (GOR) Pomidor (bez skóry) 40 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z ciecierzycy 20 g (GOR) Pomidor 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z ciecierzycy 20 g (GOR) Pomidor (bez skóry) 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2296 kcal Białko: 104 g Tłuszcz: 67,9 g W tym nasycone kw. tł.: 29 g Węglowodany: 323,4 g W tym cukry: 51,7 g Sól: 7,4 g Błonnik: 33,7 g	Energia: 1983 kcal Białko: 97,9 g Tłuszcz: 50 g W tym nasycone kw. tł.: 17,2 g Węglowodany: 293,8 g W tym cukry: 50,8 g Sól: 7,4 g Błonnik: 24,5 g	Energia: 1768 kcal Białko: 93,8 g Tłuszcz: 49,5 g W tym nasycone kw. tł.: 18,9 g Węglowodany: 237,4 g W tym cukry: 49,9 g Sól: 4,4 g Błonnik: 32,8 g	Energia: 1983 kcal Białko: 97,9 g Tłuszcz: 50 g W tym nasycone kw. tł.: 17,2 g Węglowodany: 293,8 g W tym cukry: 50,8 g Sól: 7,4 g Błonnik: 24,5 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne posiłki: ZOL 1, ZOL 2

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Sobota			
	08.08.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Pomidor 80 g w całości na wszystkie diety Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Pomidor 80 g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Serek kanapkowy z koperkiem 20 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Pomidor 80 g Herbata 250 ml
II śniadanie	Herbatniki 30 g (JAJ, GLU)	Herbatniki 30 g (JAJ, GLU)	Maślanka 150 ml (MLE)	Herbatniki 30 g (JAJ, GLU)
Obiad	Zupa marchewkowa z groszkiem 350ml (MLE,SEL) Potrawka warzywna z ciecierzycą i kaszą bulgur 350 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Zupa marchewkowa z groszkiem 350ml (MLE,SEL) Potrawka warzywna z ciecierzycą i kaszą bulgur 350 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Zupa marchewkowa z groszkiem 350ml (MLE,SEL) Potrawka warzywna z ciecierzycą i kaszą bulgur 350 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Zupa marchewkowa z groszkiem 350ml (MLE,SEL) Potrawka warzywna z ciecierzycą i kaszą bulgur 350 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z kurczaka 50 g (GOR) Ogórek kiszony 40g STAKROWANE Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z kurczaka 50 g (GOR) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z kurczaka 50 g (GOR) Ogórek kiszony 40g Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta kurczaka 50 g (GOR) Ogórek kiszony (bez skóry) 40g Herbata 250 ml
II kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie 45g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek kiszony 40g	Pieczywo mieszane 45g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 20 g (SOJ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40g	Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 20 g (SOJ) Ogórek kiszony 40g	Pieczywo mieszane 45g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 20 g (SOJ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40g
Wartość odżywcza	Energia: 1959 kcal Białko: 70,4 g Tłuszcz: 59,9 g W tym nasycone kw. tł.: 18,8 g Węglowodany: 296,2 g W tym cukry: 50,3 g Sól: 6,5 g Błonnik: 40,2 g	Energia: 1878 kcal Białko: 68,35 g Tłuszcz: 53,6 g W tym nasycone kw. tł.: 15,2 g Węglowodany: 296,5 g W tym cukry: 49,9 g Sól: 7,8 g Błonnik: 34,9 g	Energia: 1856 kcal Białko: 75,8 g Tłuszcz: 57,9 g W tym nasycone kw. tł.: 19,5 g Węglowodany: 265,5 g W tym cukry: 49,6 g Sól: 6 g Błonnik: 45 g	Energia: 1878 kcal Białko: 68,35 g Tłuszcz: 53,6 g W tym nasycone kw. tł.: 15,2 g Węglowodany: 296,5 g W tym cukry: 49,9 g Sól: 7,8 g Błonnik: 34,9 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne porcji: ZOL 1, ZOL 2

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Niedziela 09.08.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Jajko gotowane 2 szt. Pomidor 80 g w całości na wszystkie diety Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Jajko gotowane 2 szt. Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Jajko gotowane 2 szt. Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Jajko gotowane 2 szt. Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml
II śniadanie	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)
Obiad	Kapuśniak 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Kiełbasa z cebulą 100g Surówka z ogórka kiszzonego 100 g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Kapuśniak 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Kotlet wieprzowy pieczony 100g Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Kapuśniak 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Kotlet wieprzowy pieczony 100g Surówka z ogórka kiszzonego 100 g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Kapuśniak 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Kotlet wieprzowy pieczony 100g Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo pszenne 45 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowy 30 g (SOJ) Serek topiony 30 g (MLE) Ogórek świeży 40 g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 45 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowy 30 g (SOJ) Serek kanapkowy z ziołami 30 g (MLE) Ogórek świeży (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowy 30 g (SOJ) Serek z ziołami 30 g (MLE) Ogórek świeży 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 45 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowy 30 g (SOJ) Serek kanapkowy z ziołami 30 g (MLE) Ogórek świeży (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo pszenne 45 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowy 20 g (SOJ) Ogórek świeży 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 45 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowy 20 g (SOJ) Ogórek świeży (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowy 20 g (SOJ) Ogórek świeży 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 45 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowy 20 g (SOJ) Ogórek świeży (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
Wartość odżywcza	Energia: 2185 kcal Białko: 105,6 g Tłuszcz: 70,65 g W tym nasycone kw. tł.: 27 g Węglowodany: 291,8 g W tym cukry: 50,8 g Sól: 8 g Błonnik: 34,6 g	Energia: 2146 kcal Białko: 103,3 g Tłuszcz: 66,2 g W tym nasycone kw. tł.: 28,6 g Węglowodany: 298,3 g W tym cukry: 50,7 g Sól: 7,6 g Błonnik: 32,7 g	Energia: 1879 kcal Białko: 103,4 g Tłuszcz: 58,1 g W tym nasycone kw. tł.: 22,1 g Węglowodany: 241,9 g W tym cukry: 49,3 g Sól: 8,5 g Błonnik: 39,4 g	Energia: 2146 kcal Białko: 103,3 g Tłuszcz: 66,2 g W tym nasycone kw. tł.: 28,6 g Węglowodany: 298,3 g W tym cukry: 50,7 g Sól: 7,6 g Błonnik: 32,7 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne posiłki: ZOL 1, ZOL 2

Dzień tygodnia	Posiłki
Poniedziałek 27.07.26	Zupa pieczarkowa z makronem: Składniki: pieczarki, włoszczyzna paski, cebula, makaron świderki, kremówka łośicka, woda, czosnek, sól, pieprz Leczo z kielbasą Składniki: Kielbasa, marchew, papryka, koncentrat pomidorowy, pulpa pomidorowa, cebula, cukinia, zioła kuchni polskiej, sól, pieprz, czosnek
Wtorek 28.07.26.	Pasta z wątróbki: Składniki: wątróbka, masło, majeranek, sól, pieprz Mizeria: Składniki: ogórki świeże, śmietana 12% tłuszczu, sól, pieprz, ocet spirytusowy Sos jasny: Składniki: mąka pszenna, majeranek, pieprz czarny, sól biała Krem z buraka pieczonego Składniki: burak, włoszczyzna, ziemniaki, kremówka łośicka, sól, pieprz, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy
Środa 29.07.	Pasta rybna: Składniki: Ryba/ makreła wędzona, włoszczyzna, majonez, sól, pieprz Pierogi ruskie: Składniki: mąka pszenna 64%, woda, olej rzepakowy, żółtko płynne pasteryzowane, sól farsz: ziemniaki, płatki ziemniaczane, twaróg półtłusty, cebula,, sól, przyprawy Zupa klopsowa z nutą ogórka Składniki: Włoszczyzna, ziemniaki, woda z ogórków kiszonych, kremówka łośicka, mięso wieprzowe, bułka tarta, jajka, pieprz, sól biała, ziele angielskie, liść laurowy, czosnek
Czwartek 30.07.	Krem pomidorowy: Składniki: Koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, kremówka łośicka, włoszczyzna krojona w paski, woda, ziele

Szpital w Wąbrzeźnie

	angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Sos pieprzowy: Składniki: mąka ziemniaczana, mąka pszenna, pieprz zielony w zalewie, kremówka łośicka, pieprz czarny, sól biała Surówka z kapusty czerwonej: Składniki: kapusta czerwona, majonez, sok z cytryny, sól, pieprz, cukier Salatka makaronowa: Składniki: makaron pszenny, ogórek świeży, szynka konserwowa, kukurydza, groszek, majonez, sól, pieprz
Piątek 31.07.	Śledź pod pierzynką: składniki: śledzie płaty, śmietana 12% tłuszczu, sól, pieprz, czosnek, cebula Zupa ogórkowa: Składniki: Ogórki kiszzone, ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, kremówka łośicka (wyrób śmietanopodobny)- Mleko odtłuszczone, oleje roślinne (palmowy, kokosowy), śmietanka, emulgator (mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych), celuloza, karagen, aromat śmietankowy, barwnik (E160a), włoszczyzna krojona w paski, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól Surówka z kapusty kiszzonej: Składniki: Kapusta kiszona (kapusta biała, sól), marchew, kukurydza konserwowa (kukurydza, woda, cukier, sól), papryka konserwowa (papryka, woda, vinegar, sól, syrop glukozowy, stabilizator: chlorek wapnia, sacharyna: substancja słodząca), cukier, olej rzepakowy rafinowany koper, pieprz, substancja konserwująca: sorbinian potasu
Sobota 01.08.	Pasta z kurczaka Składniki: Mięso z ud kurczaka, majonez, włoszczyzna krojona, sól, pieprz Potrąwka z żółdków z warzywami Składniki: żółdki drobiowe, marchew, cebula, ogórek kiszony, papryka, sos o smaku śmietankowym: kremówka łośicka, mąka pszenna, ziele angielskie, liść laurowy, woda, sól, pieprz, majeranek Ryżanka Ryz biały, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, kremówka łośicka, włoszczyzna krojona w paski, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól
Niedziela 02.08.	Pasta z ciecierzycy i ogórka kiszzonego: Składniki: Ciecierzycza zalewa, ogórek kiszony, rzodkiewka, majonez, sól, pieprz Krem z marchewki Składniki: Woda, ziemniaki, marchew mrożona, włoszczyzna, kremówka łośicka, mąka pszenna typ 500, mąka ziemniaczana, cukier, sól biała, ziele angielskie, liść laurowy. Surówka porowa:

Szpital w Wąbrzeźnie

	Składniki: kapusta biała, por, majonez, cukier, sól, kwas cytrynowy Sznicel drobiowy: Składniki: filet drobiowy, bułka tarta, jajko, sól, pieprz
Poniedziałek 03.08.	Pasta jajeczna: Składniki: Jajka gotowane, jogurt naturalny/ majonez, sól, pieprz Majonez składniki: olej rzepakowy, woda, żółtko jaja, cukier, ocet spirytusowy, ocet winny, sól, gorczyca Serek ze koperkiem: składniki: ser kanapkowy i dodany koperek Zupa koperkowa z ziemniakami: Składniki: koper, ziemniaki, włoszczyzna, kremówka łośicka, Makaron ryżowy po chińsku z warzywami: Składniki: makaron ryżowy, mieszanka warzyw chińska, curry, imbir, miód
Wtorek 04.08.	Gniazda wieprzowe z serkiem i szpinakiem: Składniki: mięso wieprzowe, bułka tarta, pieprz, sól, jajka, szpinak, serek kanapkowy Surówka ala Coleslaw: Składniki: kapusta pekińska, marchew, sól, pieprz, cukier Sos pietruszkowy: Składniki: mąka pszenna, kremówka łośicka, pietruszka, majeranek, suszone, pieprz czarny, sól biała Zupa buraczkowa: Składniki: burak, włoszczyzna kostka, ziemniaki, mąka ziemniaczana, przyprawy, sól, pieprz, czosnek, liść laurowy, ziele angielskie
Środa 05.08.	Zupa z soczewicy Składniki: Soczewica czerwona, ziemniaki, marchew, papryka, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, kremówka łośicka, włoszczyzna krojona w paski, w kostkę, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz. Racuchy z jabłkiem Składniki: jabłka obrane, mleko 3,2%, mąka pszenna, cukier, jajka
Czwartek 09.07.	Sos pietruszkowy: Składniki: mąka pszenna, pietruszka, pieprz czarny, sól biała Wątróbka duszona z jabłkiem i cebulą: Składniki: Wątróbka kurczaka, cebula, jabłko, mąka pszenna, olej rzepakowy, majeranek, suszony, sól biała Surówka z buraka: Składniki: burak, cukier, pieprz mielony Pasta rybna: Ryba/ makreła wędzona, włoszczyzna, majonez, sól, pieprz

Szpital w Wąbrzeźnie

	Majonez: olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet spirytusowy, ocet winny, gorczyca, woda, cukier, sól Krem z zielonego groszku: Składniki: Groszek zielony, ziemniaki, seler, kremówka łośicka, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, oliwa z oliwek, pieprz, sól, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy
Piątek 10.07	Twarożek ze szczypiorkiem: Składniki: Ser twarogowy, półtłusty, jogurt naturalny/ majonez, szczypiorek Pasta z ciecierzycy i ogórka kiszzonego: Składniki: Ciecierzycza zalewa, ogórek kiszony, majonez, sól, pieprz Rosolnik ukraiński: Składniki: ziemniak, włoszczyzna, ryż biały, ogórek kiszony, koncentrat pomidorowy, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól Sos koperkowy: Składniki: mąka pszenna, kremówka łośicka, koper natka, majeranek, suszone, pieprz czarny, sól biała
Sobota 11.07.	Potrawka warzywna Składniki: Pulpa pomidorowa, papryka, cebula, cukinia, ciecierzycza, olej rzepakowy, włoszczyzna krojona w kostkę, pieprz, czosnek, pieprz, sól Pasta z kurczaka Mięso z ud kurczaka, majonez, włoszczyzna krojona, sól, pieprz Zupa marchewkowa z groszkiem Składniki: marchew, groszek, mąka pszenna, typ 500, mąka ziemniaczana, sól biała, kremówka łośicka, włoszczyzna, woda, ziele angielskie, ziemniaki, cukier, Liść laurowy, suszony
Niedziela 12.07.	Sos jasny: Składniki: Majeranek, suszone, mąka pszenna, typ 500, pieprz czarny, Sól biała, kremówka łośicka Kapuśniak: Składniki: Kapusta młoda, ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, kremówka łośicka, włoszczyzna, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Kotlet wieprzowy: Składniki: mięso wieprzowe, bułka tarta, pieprz, sól, jajka,

Szpital w Wąbrzeźnie

Chleb pszenny:

Składniki: mąka pszenna typ 750 (52,1%), woda, mąka żytnia typ 720 (9,8%), drożdże piekarskie, środek wypiekowy: stabilizator: węglan wapnia, emulgator E 472 e, mąka sojowa, środek do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy, zakwas- woda, mąka żytnia, kwas mlekowy, octowy, otręby pszenne, emulgator lecytyny (ze słonecznika), sól

Chleb razowy- pszenno- żytni (pieczywo mieszane żytnio- pszenne)

Składniki: mąka żytnia- razowa typ 2000 (36,9%), mąka pszenna (typ 750 (33,4%), woda, mąka żytnia typ 720 (6,1%), drożdże piekarskie, sól, olej rzepakowy, środek wypiekowy – stabilizator- węglan wapnia, emulgator E 472 e, mąka sojowa, środki do przetwarzania mąki, kwas askorbinowy.

Serek kanapkowy: twaróg do wypieków

Składniki: twaróg (mleko, śmietanka, bakterie fermentacji mlekowej, podpuszka), skrobia modyfikowana kukurydziana, substancja konserwująca: sorbinian potasu

Serek topiony: Gouda

Składniki: Ser 50% (w tym gouda 55%), woda, masło, sole emulgujące: E 339, E450, E 452, sól

Ser żółty:

Składniki: Mleko pasteryzowane, sól, stabilizator- chlorek wapnia, kultury bakterii, podpuszka mikrobiologiczna

Szynkówka: wędlina wieprzowa:

Składniki: mięso wieprzowe 47%, woda, skrobia pszenna, sól, izolat białka sojowego, glukoza, maltodekstryna, białko zwierzęce wieprzowa, cukier, hydrolizat białka roślinnego (ze słonecznika), aromaty, barwnik E 120, substancje konserwujące E250, przeciwutleniacze: E 301, E316, regulator kwasowości, substancje zagęszczające: E 407, stabilizatory E451. Produkt może zawierać: sezam, gorczycę, mleko, seler

Połędwica drobiowa z majerankiem z dodatkiem wieprzowiny:

Składniki: Wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzony. Składniki: woda, filet z kurczaka 40 %, skrobia, skórki wieprzowe 5%, mięso wieprzowe 2%, białko sojowe, sól, białko wieprzowe, stabilizatory (E 451, E262), substancje zagęszczające (E E407, E 425, wzmacniacz smaku (E316, majeranek 0,15% substancja konserwująca E 250.

Bianka Piers gotowana z indyka

Składniki: Mięso z fileta z piersi indyka 56%, woda, skrobia ziemniaczana, skrobia grochowa, substancje żelujące: E 407, stabilizatory: E 451: regulator kwasowości: E 331: błonnik pszenny, bezglutenowy), sól, wzmacniacz smaku: E 621, przeciwutleniacz: E 316, ekstrakty drożdżowe, aromaty, substancje konserwujące: azotyn sodu.

Szynka mocno wędzona

Składniki: Mięso wieprzowe 76%, woda, sól, izolat białka sojowego, stabilizatory: E 451, E 452, substancja zagęszczająca: E 407, E415, cukier gronowy, maltodekstryna, dekstroza, laktoza, glukoza, wzmacniacze smaku: E 621, E635, przeciwutleniacze: E 316, aromaty, białko zwierzęce wieprzowe, ekstrakty drożdżowe, ekstrakty ziół, aromat dymu wędzarniczego, hydrolizat białka sojowego, syrop cukrowy, substancja konserwująca: E 250

Dżem brzoskwiniowy:

Składniki: Brzoskwinia, (35%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyna, regulatory kwasowości: kwas cytrynowy, cytryniany sodu, substancje zagęszczające: guma guar, guma ksantanowa, substancje konserwujące: benzoesan sodu, sorbinian potasu

Dżem truskawkowy:

Składniki: truskawki, (35%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyna, regulatory kwasowości: kwas cytrynowy, cytryniany sodu, substancje zagęszczające: guma guar, guma ksantanowa, substancje konserwujące: benzoesan sodu, sorbinian potasu

Parówki nowojorskie:

Składniki: Mięso wieprzowe 69%, woda, konserwant białka sojowego, skrobia, błonnik ziemniaczany, sól, tłuszcz wieprzowy, regulatory kwasowości octany potasu, białko wieprzowe, skrobia modyfikowana, stabilizatory: difosforany, trifosforany, cytryniany sodu, octany sodu, wzmacniacze smaku: glutaminian monosodowy, 5- rybonukleotydy disodowe: substancje zagęszczające: guma guar, guma celulozowa, karagen, ekstrakty przypraw, glukoza, aromaty, przeciwutleniacze: askorbinian sodu: substancja konserwująca: azotyn sodu.

Zaprawa cytrynowa:

Składniki: Woda, sok cytrynowy z koncentratu 4%, regulator kwasowości, kwas cytrynowy, substancja konserwująca: benzoesan sodu, przeciwutleniacze: kwas askorbinowy, aromat, barwnik luteina

Paprykarz szczeciński:

Składniki: Woda, 31% szprot rozdrobniony złowione w Morzu Bałtyckim, ryż, koncentrat pomidorowy, cebula, błonnik pszenny bezglutenowy, błonnik grochowy, sól, ocet spirytusowy, olej rzepakowy, papryka chilli mielona, aromat papryki, gorczyca

Serek wiejski:

Składniki: Twaróg ziarnisty, śmietanka pasteryzowana, sól

Serek farmerski ziarnisty ze śmietanką

Składniki: Ser twarogowy ziarnisty, śmietanka, sól

Serek homogenizowany:

Szpital w Wąbrzeźnie

Składniki: Mleko, śmietanka, cukier, naturalny aromat waniliowy, kultury bakterii mlekowych

Płatki kukurydziane:

Składniki: Kaszka kukurydziana 87 %, cukier, ekstrakt ze słodu/ jęczmiennego, sól

Jogurt owocowy:

Składniki: Mleko, cukier, skrobia modyfikowana, truskawki (2%), białka mleka, żelatyna wołowa, aromat, barwnik: karmin, żywe kultury bakterii

Kefir:

Składniki: Mleko odtłuszczone, żywe kultury bakterii i drożdży kefirowych

Metka lososiowa: kielbasa surowa metka lososiowa

Składniki: tłuszcz wieprzowy, mięso wieprzowe 22,9%, tkanka łączna wieprzowa, woda 4%, substancja konserwująca: azotyn sodu, cukier, przyprawy (w tym skorupiaki, ryby, laktoza z mleka), sól, aromat dymu wędzarniczego, aromaty

Polędwica Ani

Produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony, w osłonce niejadalnej. Składniki: woda, filet z kurczaka 36%, skrobia, skórki wieprzowe 5%, białko sojowe, sól, białko wieprzowe, substancje zagęszczające (karagen, koniak), maltodekstryna, glukoza, stabilizatory (trifosforany, octany sodu), wzmacniacz smaku (glutaminian monosodowy), aromaty, przeciwutleniacz (izoaskorbinian sodu), substancja konserwująca (azotyn sodu)

Wędlina krakowska wędzona- kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, produkt w osłonce niejadalnej. Składniki: mięso wieprzowe 62%, woda, skrobia ziemniaczana, sól, błonnik pszenny, substancje zagęszczające: E 407, E415, izolat białka sojowego, białko wieprzowe kolagenowe, białka mleka, stabilizatory: E 450, E451, E 262, E 325, glukoza, regulatory kwasowości: E330, E 331, przeciwutleniacze: E 300, E316, przyprawy, wzmacniacz smaku: E 621, sacharoza, aromaty, maltodekstryna, barwnik E 120, substancja konserwująca: E 250.

Pasztet indykpol

Pasztet drobiowy, drobnorozdrobniony, pieczony. Składniki: mięso oddzielone mechanicznie 52% (w tym z indyka 26%, z kurczaka 26%), skóry drobiowe, kasza manna (z pszenicy), wątroba drobiowa 6,6%, skrobia ziemniaczana, sól, jaja kurze w proszku, białko sojowe, przyprawy (w tym seler), ekstrakt selera, olej rzepakowy, hydrolizat białka sojowego, wzmacniacz smaku: E 621, przeciwutleniacz: E 316, regulator kwasowości: E 262, substancje konserwujące: E 202, E 214

Pierś wędzona

Wędlina drobiowa, z połączonych kawałków mięsa, wędzona, parzona. Zawiera wodę dodaną. Produkt z osłonce kolagenowej wołowej, jadalnej, siatce niejadalnej. Składniki: filet z piersi indyka 37%, filet z piersi kurczaka 30%, woda, substancje żelujące: E407, stabilizatory: E451, błonnik pszenny, bezglutenowy, regulator kwasowości: E331, skrobia grochowa, przeciwutleniacz E 316, skrobia ziemniaczana, sól, substancja zagęszczająca: E 1422, maltodekstryna, wzmacniacz smaku E621, E 627, 631, aromaty, hydrolizat białka słonecznikowego, substancje konserwujące: azotyn sodu

Lista alergenów

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,
JAJ - Jaja i pochodne,

Szpital w Wąbrzeźnie

SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,