

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Poniedziałek			
	24.08.2026			
	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	Barszcz czerwony zabieleny 350 ml (MLE,SEL) Klopsiki wieprzowe duszone z sosem pomidorowym z warzywami 5 szt. (GLU,MLE,SEL) i ryżem gotowanym 200 g Woda 200ml	Barszcz czerwony zabieleny 350 ml (MLE,SEL) Klopsiki wieprzowe duszone z sosem pomidorowym z warzywami 5 szt. (GLU,MLE,SEL) i ryżem gotowanym 200 g Woda 200ml	Barszcz czerwony zabieleny 350 ml (MLE,SEL) Klopsiki wieprzowe duszone z sosem pomidorowym z warzywami 5 szt. (GLU,MLE,SEL) i ryżem gotowanym 200 g Woda 200ml	Barszcz czerwony zabieleny 350 ml (MLE,SEL) Klopsiki wieprzowe duszone z sosem pomidorowym z warzywami 5 szt. (GLU,MLE,SEL) i ryżem gotowanym 200 g 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: 2203 kcal Białko: 91,4 g Tłuszcz: 50,5 g W tym nasycone kw. tł.: 16,4 g Węglowodany: 354,9 g W tym cukry: 51,3 g Sól: 8,1 g Błonnik: 29,6 g	Energia: 2173 kcal Białko: 90,3 g Tłuszcz: 49,6 g W tym nasycone kw. tł.: 16,3 g Węglowodany: 354,6 g W tym cukry: 51,2 g Sól: 9 g Błonnik: 24,4 g	Energia: 1931 kcal Białko: 97,9 g Tłuszcz: 50,8 g W tym nasycone kw. tł.: 18,9 g Węglowodany: 275,5 g W tym cukry: 50,2 g Sól: 6,8 g Błonnik: 32,3 g	Energia: 2173 kcal Białko: 90,3 g Tłuszcz: 49,6 g W tym nasycone kw. tł.: 16,3 g Węglowodany: 354,6 g W tym cukry: 51,2 g Sól: 9 g Błonnik: 24,4 g

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

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Wtorek			
	25.08.2026			
	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) 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	Krupnik 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Rolada drobiowa z jajkiem 100 g (GLU, JAJ) Surówka ze świeżej kapusty z ogórkiem świeżym, papryką 100 g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Krupnik 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Rolada drobiowa z jajkiem 100 g (GLU, JAJ) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Krupnik 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Rolada drobiowa z jajkiem 100 g (GLU, JAJ) Surówka ze świeżej kapusty z ogórkiem świeżym, papryką 100 g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Krupnik 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Rolada drobiowa z jajkiem 100 g (GLU, JAJ) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sos jasny 50 ml (GLU,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) 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: 2261 kcal Białko: 93,8 g Tłuszcz: 72,55 g W tym nasycone kw. tł.: 24,6 g Węglowodany: 313 g W tym cukry: 51,4 g Sól: 6,3 g Błonnik: 29,9 g	Energia: 2245 kcal Białko: 87,3 g Tłuszcz: 76,1 g W tym nasycone kw. tł.: 28,3 g Węglowodany: 309,55 g W tym cukry: 51,5 g Sól: 5,6 g Błonnik: 24,1 g	Energia: 2014 kcal Białko: 84,4 g Tłuszcz: 72,7 g W tym nasycone kw. tł.: 25 g Węglowodany: 256,3 g W tym cukry: 50,6 g Sól: 3,6 g Błonnik: 32,7 g	Energia: 2245 kcal Białko: 87,3 g Tłuszcz: 76,1 g W tym nasycone kw. tł.: 28,3 g Węglowodany: 309,55 g W tym cukry: 51,5 g Sól: 5,6 g Błonnik: 24,1 g

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

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Środa			
	26.08.2026			
	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) 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 fasolowa z kielbasą 350 ml (SEL) Pierogi leniwe gotowane 250 g (GLU,MLE,JAJ) Sos jogurtowy 50 ml (MLE) Woda 200 ml	Krem warzywny 350 ml (MLE,SEL) Pierogi leniwe gotowane 250 g (GLU,MLE,JAJ) Sos jogurtowy 50 ml (MLE) Woda 200 ml	Zupa fasolowa z kielbasą 350 ml (SEL) Pierogi leniwe gotowane 250 g (GLU,MLE,JAJ) Sos jogurtowy 50 ml (MLE) Woda 200 ml	Krem warzywny 350 ml (MLE,SEL) Pierogi leniwe gotowane 250 g (GLU,MLE,JAJ) Sos jogurtowy 50 ml (MLE) 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: 2267 kcal Białko: 98,85 g Tłuszcz: 67 g W tym nasycone kw. tł: 23,3 g Węglowodany: 326,7 g W tym cukry: 52,2 g Sól: 6 g Błonnik: 33,5 g	Energia: 2167 kcal Białko: 91,8 g Tłuszcz: 60,3 g W tym nasycone kw. tł.: 19,7 g Węglowodany: 325,4 g W tym cukry: 50,7 g Sól: 8,7 g Błonnik: 24,8 g	Energia: 2105 kcal Białko: 102,9 g Tłuszcz: 70,8 g W tym nasycone kw. tł.: 25,7 g Węglowodany: 267,35 g W tym cukry: 50,1 g Sól: 4,8 g Błonnik: 34,4 g	Energia: 2167 kcal Białko: 91,8 g Tłuszcz: 60,3 g W tym nasycone kw. tł.: 19,7 g Węglowodany: 325,4 g W tym cukry: 50,7 g Sól: 8,7 g Błonnik: 24,8 g

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

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Czwartek			
	27.08.2026			
	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)
	Kapuśniak 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Skrzydełka drobiowe 2 szt. duszone w sosie o smaku śmietankowym 50 ml (GLU,MLE,SEL) Surówka z marchewki 100 g Woda 200 ml	Kapuśniak 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Skrzydełka drobiowe 2 szt. duszone w sosie o smaku śmietankowym 50 ml (GLU,MLE,SEL) Marchewka gotowana 100 g Woda 200 ml	Kapuśniak 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Skrzydełka drobiowe 2 szt. duszone w sosie o smaku śmietankowym 50 ml (GLU,MLE,SEL) Surówka z marchewki 100 g Woda 200 ml	Kapuśniak 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Skrzydełka drobiowe 2 szt. duszone w sosie o smaku śmietankowym 50 ml (GLU,MLE,SEL) Marchewka gotowana 100 g 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: 2387 kcal Białko: 89 g Tłuszcz: 78,9 g W tym nasycone kw. tł.: 26,9 g Węglowodany: 339,4 g W tym cukry: 52,8 g Sól: 6,8 g Błonnik: 37,7 g	Energia: 2311 kcal Białko: 90,3 g Tłuszcz: 72,4 g W tym nasycone kw. tł.: 29,1 g Węglowodany: 327,3 g W tym cukry: 52,7 g Sól: 8 g Błonnik: 31,65 g	Energia: 2136 kcal Białko: 84,55 g Tłuszcz: 75,1 g W tym nasycone kw. tł.: 24,55 g Węglowodany: 284,7 g W tym cukry: 50,8 g Sól: 5 g Błonnik: 42,35 g	Energia: 2311 kcal Białko: 90,3 g Tłuszcz: 72,4 g W tym nasycone kw. tł.: 29,1 g Węglowodany: 327,3 g W tym cukry: 52,7 g Sól: 8 g Błonnik: 31,65 g

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

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Piątek 28.08.2026			
	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) 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) Wędlna 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	Krem z groszku zielonego 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Ryba po grecku 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Krem z groszku zielonego 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Ryba po grecku 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Krem z groszku zielonego 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Ryba po grecku 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Krem z groszku zielonego 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Ryba po grecku 150 g (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) Wędlna 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) Wędlna 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) Wędlna 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) Wędlna wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g (bez skóry) Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlna wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlna wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g (bez skóry)	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlna wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlna wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g (bez skóry)
Wartość odżywcza	Energia: 2212 kcal Białko: 100,7 g Tłuszcz: 67,7 g W tym nasycone kw. tł.: 21,6 g Węglowodany: 309 g W tym cukry: 52,6 g Sól: 5,6 g Błonnik: 37 g	Energia: 2178 kcal Białko: 93,35 g Tłuszcz: 67,5 g W tym nasycone kw. tł.: 22,6 g Węglowodany: 309,9 g W tym cukry: 52,5 g Sól: 6,45 g Błonnik: 31,55 g	Energia: 1964 kcal Białko: 95,9 g Tłuszcz: 64,5 g W tym nasycone kw. tł.: 24,55 g Węglowodany: 253,5 g W tym cukry: 50,1 g Sól: 4,6 g Błonnik: 39,9 g	Energia: 2178 kcal Białko: 93,35 g Tłuszcz: 67,5 g W tym nasycone kw. tł.: 22,6 g Węglowodany: 309,9 g W tym cukry: 52,5 g Sól: 6,45 g Błonnik: 31,55 g

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

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Sobota			
	29.08.2026			
	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 pszczeli 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 pszczeli 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 pszczeli 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml
II śniadanie	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Obiad	Zupa brukselkowa z ryżem 350 ml (GLU,MLE,SEL) Potrawka warzywna z ciecierzycą i kaszą kuskus 350 g (GLU,SEL) Woda 200ml	Zupa brukselkowa z ryżem 350 ml (GLU,MLE,SEL) Potrawka warzywna z ciecierzycą i kaszą kuskus 350 g (GLU,SEL) Woda 200ml	Zupa brukselkowa z ryżem 350 ml (GLU,MLE,SEL) Potrawka warzywna z ciecierzycą i kaszą kuskus 350 g (GLU,SEL) Woda 200ml	Zupa brukselkowa z ryżem 350 ml (GLU,MLE,SEL) Potrawka warzywna z ciecierzycą i kaszą kuskus 350 g (GLU,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: 2037 kcal Białko: 71,1 g Tłuszcz: 57,5 g W tym nasycone kw. tł.: 21,2 g Węglowodany: 317,1 g W tym cukry: 50,8 g Sól: 5,3 g Błonnik: 38 g	Energia: 2003 kcal Białko: 69,3 g Tłuszcz: 53,2 g W tym nasycone kw. tł.: 16,3 g Węglowodany: 325,5 g W tym cukry: 50,7 g Sól: 6,1 g Błonnik: 34 g	Energia: 2008 kcal Białko: 81 g Tłuszcz: 56,4 g W tym nasycone kw. tł.: 18 g Węglowodany: 299,8 g W tym cukry: 49,9 g Sól: 4,4 g Błonnik: 44,5 g	Energia: 2003 kcal Białko: 69,3 g Tłuszcz: 53,2 g W tym nasycone kw. tł.: 16,3 g Węglowodany: 325,5 g W tym cukry: 50,7 g Sól: 6,1 g Błonnik: 34 g

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

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Niedziela 30.08.2026			
	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	Zupa ogórkowa 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Devolay drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) Surówka z kapusty kiszonej 100g Sos pietruszkowy 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Devolay drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) Brokuł gotowany 100g Sos pietruszkowy 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Devolay drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) Surówka z kapusty kiszonej 100g Sos pietruszkowy 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Devolay drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) Brokuł gotowany 100g Sos pietruszkowy 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: 2198 kcal Białko: 95,8 g Tłuszcz: 68 g W tym nasycone kw. tł.: 21,8 g Węglowodany: 307,2 g W tym cukry: 51,5 g Sól: 6,7 g Błonnik: 35,5 g	Energia: 2140 kcal Białko: 97,1 g Tłuszcz: 63,35 g W tym nasycone kw. tł.: 21,5 g Węglowodany: 306,9 g W tym cukry: 51,4 g Sól: 7,2 g Błonnik: 30,8 g	Energia: 1952 kcal Białko: 90,5 g Tłuszcz: 66,5 g W tym nasycone kw. tł.: 23,4 g Węglowodany: 250,1 g W tym cukry: 49,7 g Sól: 4,7 g Błonnik: 38,35 g	Energia: 2140 kcal Białko: 97,1 g Tłuszcz: 63,35 g W tym nasycone kw. tł.: 21,5 g Węglowodany: 306,9 g W tym cukry: 51,4 g Sól: 7,2 g Błonnik: 30,8 g

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

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Poniedziałek			
	31.08.2026			
	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 pszczeł 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 pszczeł 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 pszczeł 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 kalafiorowa 350 ml (GLU, MLE, SEL) Makaron z sosem bolońskim 350 g (GLU, SEL) Woda 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (GLU, MLE, SEL) Makaron z sosem bolońskim 350 g (GLU, SEL) Woda 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (GLU, MLE, SEL) Makaron z sosem bolońskim 350 g (GLU, SEL) Woda 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (GLU, MLE, SEL) Makaron z sosem bolońskim 350 g (GLU, 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: 2179 kcal Białko: 87,2 g Tłuszcz: 64,25 g W tym nasycone kw. tł.: 17,2 g Węglowodany: 315,6 g W tym cukry: 51,8 g Sól: 7,1 g Błonnik: 22,4 g	Energia: 2115 kcal Białko: 81,6 g Tłuszcz: 60,1 g W tym nasycone kw. tł.: 17,2 g Węglowodany: 321,6 g W tym cukry: 51,7 g Sól: 7,9 g Błonnik: 21,2 g	Energia: 1859 kcal Białko: 82,6 g Tłuszcz: 59,9 g W tym nasycone kw. tł.: 19 g Węglowodany: 249 g W tym cukry: 50,3 g Sól: 5,5 g Błonnik: 29,3 g	Energia: 2115 kcal Białko: 81,6 g Tłuszcz: 60,1 g W tym nasycone kw. tł.: 17,2 g Węglowodany: 321,6 g W tym cukry: 51,7 g Sól: 7,9 g Błonnik: 21,2 g

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

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Wtorek 01.09.2026			
	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	Krem z zielonych warzyw 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Gniazdko drobiowo- wieprzowe z jajkiem i serem żółtym 100 g (GLU,MLE,JAJ) Surówka Colesław 100 g (GOR) Woda 200 ml	Krem z zielonych warzyw 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Gniazdko drobiowo- wieprzowe z jajkiem i serem żółtym 100 g (GLU,MLE,JAJ) Bukiet warzyw gotowanych 100 g Woda 200 ml	Krem z zielonych warzyw 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Gniazdko drobiowo- wieprzowe z jajkiem i serem żółtym 100 g (GLU,MLE,JAJ) Surówka Colesław 100 g (GOR) Woda 200 ml	Krem z zielonych warzyw 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Gniazdko drobiowo- wieprzowe z jajkiem i serem żółtym 100 g (GLU,MLE,JAJ) Bukiet warzyw gotowanych 100 g 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 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: 2178 kcal Białko: 104,8 g Tłuszcz: 65,35 g W tym nasycone kw. tł.: 22,3 g Węglowodany: 305,4 g W tym cukry: 50,9 g Sól: 6 g Błonnik: 35,7 g	Energia: 2190 kcal Białko: 104 g Tłuszcz: 69,7 g W tym nasycone kw. tł.: 27,4 g Węglowodany: 301,9 g W tym cukry: 50,8 g Sól: 6,55 g Błonnik: 31 g	Energia: 2034 kcal Białko: 109,5 g Tłuszcz: 67,8 g W tym nasycone kw. tł.: 22,9 g Węglowodany: 256 g W tym cukry: 50,1 g Sól: 4,2 g Błonnik: 40,6 g	Energia: 2190 kcal Białko: 104 g Tłuszcz: 69,7 g W tym nasycone kw. tł.: 27,4 g Węglowodany: 301,9 g W tym cukry: 50,8 g Sól: 6,55 g Błonnik: 31 g

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

Posiłek	Środa 02.09.2026			
	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) Kasza bulgur gotowana 200g Potrawka warzywna 150 g (GLU,SEL) Woda 200ml	Zupa z soczewicy 350 ml (SEL) Kasza bulgur gotowana 200g Potrawka warzywna 150 g (GLU,SEL) Woda 200ml	Zupa z soczewicy 350 ml (SEL) Kasza bulgur gotowana 200g Potrawka warzywna 150g (GLU,SEL) Woda 200ml	Zupa z soczewicy 350 ml (SEL) Kasza bulgur gotowana 200g Potrawka warzywna 150 g (GLU,SEL) 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: 2251 kcal Białko: 88,7 g Tłuszcz: 66,1 g W tym nasycone kw. tł.: 21,3 g Węglowodany: 338,3 g W tym cukry: 51,7 g Sól: 5,2 g Błonnik: 41,1 g	Energia: 2222 kcal Białko: 87,6 g Tłuszcz: 65,2 g W tym nasycone kw. tł.: 21,25 g Węglowodany: 338 g W tym cukry: 51,6 g Sól: 6,25 g Błonnik: 35,8 g	Energia: 2005 kcal Białko: 88,25 g Tłuszcz: 65,6 g W tym nasycone kw. tł.: 23,3 g Węglowodany: 274,1 g W tym cukry: 50,1 g Sól: 3,9 g Błonnik: 43,7 g	Energia: 2222 kcal Białko: 87,6 g Tłuszcz: 65,2 g W tym nasycone kw. tł.: 21,25 g Węglowodany: 338 g W tym cukry: 51,6 g Sól: 6,25 g Błonnik: 35,8 g

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

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Czwartek			
	03.09.2026			
	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	Krem pomidorowy 350 ml (MLE,SEL) Ziemniaki po wiejsku z kurczakiem i warzywami 300 g (SEL) Surówka kujawska 100 g (GOR) Woda 200ml	Krem pomidorowy 350 ml (MLE,SEL) Ziemniaki po wiejsku z kurczakiem i warzywami 300 g (SEL) Brokuł gotowany 100g Woda 200ml	Krem pomidorowy 350 ml (MLE,SEL) Ziemniaki po wiejsku z kurczakiem i warzywami 300 g (SEL) Surówka kujawska 100 g (GOR) Woda 200 ml	Krem pomidorowy 350 ml (MLE,SEL) Ziemniaki po wiejsku z kurczakiem i warzywami 300 g (SEL) Brokuł gotowany 100g 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: 2199 kcal Białko: 84,9 g Tłuszcz: 65,4 g W tym nasycone kw. tł.: 18,8 g Węglowodany: 326,7 g W tym cukry: 51,2 g Sól: 5,7 g Błonnik: 29,7 g	Energia: 2135 kcal Białko: 81,85 g Tłuszcz: 62,6 g W tym nasycone kw. tł.: 19,7 g Węglowodany: 324,5 g W tym cukry: 51,1 g Sól: 6 g Błonnik: 24,6 g	Energia: 1960 kcal Białko: 90,4 g Tłuszcz: 69,7 g W tym nasycone kw. tł.: 23 g Węglowodany: 247,2 g W tym cukry: 49,9 g Sól: 3,6 g Błonnik: 34,3 g	Energia: 2135 kcal Białko: 81,85 g Tłuszcz: 62,6 g W tym nasycone kw. tł.: 19,7 g Węglowodany: 324,5 g W tym cukry: 51,1 g Sól: 6 g Błonnik: 24,6 g

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

Posiłek	Piątek 04.09.2026			
	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	Zupa jarzynowa 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Filet z ryby panierowany z serem i pomidorem 100g (GLU,JAJ,MLE,RYB) Surówka z ogórka kiszzonego 100g Sos o smaku cytrynowym 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Filet z ryby parowany z cytryną 100g Marchewka gotowana 100g Sos o smaku cytrynowym 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Zupa jarzynowa 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Filet z ryby parowany z cytryną 100g Surówka z ogórka kiszzonego 100g Sos o smaku cytrynowym 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Zupa jarzynowa 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Filet z ryby parowany z cytryną 100g Marchewka gotowana 100g Sos o smaku cytrynowym 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: 2336 kcal Białko: 101,2 g Tłuszcz: 73,9 g W tym nasycone kw. tł.: 28,2 g Węglowodany: 322,6 g W tym cukry: 52,5 g Sól: 8,8 g Błonnik: 34,8 g	Energia: 2196 kcal Białko: 95,3 g Tłuszcz: 62 g W tym nasycone kw. tł.: 21,9 g Węglowodany: 324,25 g W tym cukry: 52,4 g Sól: 6,1 g Błonnik: 27,9 g	Energia: 1809 kcal Białko: 89,1 g Tłuszcz: 55,6 g W tym nasycone kw. tł.: 18,1 g Węglowodany: 238,7 g W tym cukry: 49,8 g Sól: 5,8 g Błonnik: 33,85 g	Energia: 2196 kcal Białko: 95,3 g Tłuszcz: 62 g W tym nasycone kw. tł.: 21,9 g Węglowodany: 324,25 g W tym cukry: 52,4 g Sól: 6,1 g Błonnik: 27,9 g

Posiłek	Sobota			
	05.09.2026			
	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 pszczei 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 pszczei 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 pszczei 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	Kapuśniak 350ml (SEL) Kasza jagłana gotowana 200g Potrawka z serduszek w sosie o smaku śmietankowym z warzywami 350 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Kapuśniak 350ml (SEL) Kasza jagłana gotowana 200g Potrawka z serduszek w sosie o smaku śmietankowym z warzywami 350 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Kapuśniak 350ml (SEL) Kasza jagłana gotowana 200g Potrawka z serduszek w sosie o smaku śmietankowym z warzywami 350 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Kapuśniak 350ml (SEL) Kasza jagłana, gotowana 200g Potrawka z serduszek w sosie o smaku śmietankowym z warzywami 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: 1923 kcal Białko: 82,8 g Tłuszcz: 49,3 g W tym nasycone kw. tł.: 18,7 g Węglowodany: 294,4 g W tym cukry: 50,3 g Sól: 8 g Błonnik: 28,6 g	Energia: 1898 kcal Białko: 78,8 g Tłuszcz: 49,5 g W tym nasycone kw. tł.: 17 g Węglowodany: 294,7 g W tym cukry: 50,4 g Sól: 8,4 g Błonnik: 23,35 g	Energia: 1805 kcal Białko: 85,8 g Tłuszcz: 46,8 g W tym nasycone kw. tł.: 19,2 g Węglowodany: 263,5 g W tym cukry: 49,6 g Sól: 8,1 g Błonnik: 33,4 g	Energia: 1898 kcal Białko: 78,8 g Tłuszcz: 49,5 g W tym nasycone kw. tł.: 17 g Węglowodany: 294,7 g W tym cukry: 50,4 g Sól: 8,4 g Błonnik: 23,35 g

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Niedziela 06.09.2026			
	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	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Wątróbka z jabłkiem i cebulą 100 g Sos warzywny 100g (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Wątróbka z jabłkiem i cebulą 100 g Sos warzywny 100g (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Wątróbka z jabłkiem i cebulą 100 g Sos warzywny 100g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Wątróbka z jabłkiem i cebulą 100 g Sos warzywny 100g (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: 2471 kcal Białko: 129,7 g Tłuszcz: 79,3 g W tym nasycone kw. tł.: 28 g Węglowodany: 325,1 g W tym cukry: 52,3 g Sól: 7,5 g Błonnik: 45 g	Energia: 2398 kcal Białko: 125,2 g Tłuszcz: 74,4 g W tym nasycone kw. tł.: 26,2 g Węglowodany: 326,1 g W tym cukry: 52,2 g Sól: 8 g Błonnik: 39,8 g	Energia: 2182 kcal Białko: 121 g Tłuszcz: 73,9 g W tym nasycone kw. tł.: 27,9 g Węglowodany: 269,4 g W tym cukry: 50,5 g Sól: 5 g Błonnik: 47,9 g	Energia: 2398 kcal Białko: 125,2 g Tłuszcz: 74,4 g W tym nasycone kw. tł.: 26,2 g Węglowodany: 326,1 g W tym cukry: 52,2 g Sól: 8 g Błonnik: 39,8 g

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

Dzień tygodnia	Posiłki
Poniedziałek 24.08.26	Zupa barszcz czerwony zabieleny: Składniki: koncentrat buraczany, włoszczyzna, woda, ziemniaki, mieszanka do barszczu: warzyw mrożonych: burak, fasola szparagowa, marchew, seler, liść laurowy, suszony, majeranek, suszony, ziele angielskie Pulpeciki wieprzowe: Składniki: mięso wieprzowe, błonnik, jaja, sól, pieprze, czosnek Sos pomidorowy z warzywami: Składniki: koncentrat pomidorowy, włoszczyzna, Majeranek, suszone, mąka pszenna, pieprz czarny, sól biała
Wtorek 25.08.26.	Pasta z wątróbki: Składniki: wątróbka, masło, majeranek, sól, pieprz Sos jasny: Składniki: mąka pszenna, majeranek, pieprz czarny, sól biała Rolada drobiowa z jajkiem: Składniki: Mięso drobiowe, pieprz, sól, jajka Krupnik: Składniki: Kasza jęczmienna, ziemniak, włoszczyzna, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól Surówka z kapusty, marchewki: Składniki: kapusta biała, papryka, ogórek świeży, sól, pieprz, koperek, olej rzepakowy, sok z cytryny
Środa 26.08.	Pasta rybna: Składniki: Ryba/ makreła wędzona, włoszczyzna, majonez, sól, pieprz Zupa fasolowa z kielbasą Składniki: Fasola biała, ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, włoszczyzna, koncentrat pomidorowy, kielbasa, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól, czosnek, pieprz

	Pierogi leniwe: Składniki: Mąka pszenna, mąka ziemniaczana, ziemniaki, twaróg półtłusty, jajko, sól, cukier Sos jogurtowy Składniki: Jogurt naturalny, cukier
Czwartek 27.08.	Salatka makaronowa: Składniki: makaron pszenny, ogórek świeży, szynka konserwowa, kukurydza, groszek, majonez, sól, pieprz Kapuśniak: Składniki: Kapusta młoda, ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, kremówka łożsicka, włoszczyzna, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Sos o smaku śmietankowym: Składniki: mąka pszenna, kremówka łożsicka, pietruszka, majeranek, suszone, pieprz czarny, sól biała Surówka z marchewki: Składniki: marchew, rodzynki, olej rzepakowy, sól, pieprz, sok z cytryny.
Piątek 28.08.	Ryba po grecku: Składniki: Dorsz świeży, filety bez skóry, mąka pszenna, typ 500, olej rzepakowy, przecier pomidorowy, włoszczyzna krojona w paski, cukier, ziele angielskie, liść laurowy suszony, sól, pieprz, czosnek Krem z zielonego groszku: Składniki: Groszek zielony, ziemniaki, seler, kremówka łożsicka, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, oliwa z oliwek, pieprz, sól, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy
Sobota 29.08.	Pasta z kurczaka Składniki: Mięso z ud kurczaka, majonez, włoszczyzna krojona, sól, pieprz Potrąwka warzywna Składniki: Pulpa pomidorowa, papryka, cebula, cukinia, ciecierzycą, olej rzepakowy, włoszczyzna krojona w kostkę, pieprz, czosnek, pieprz, sól Zupa brukselkowa z ryżem: Składniki: ryż biały, brukselka, włoszczyzna, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól
Niedziela 30.08.	Pasta z ciecierzycy i ogórka kiszonego: Składniki: Ciecierzycą zalewa, ogórek kiszony, rzodkiewka, majonez, sól, pieprz Zupa ogórkowa: Składniki: Ogórki kiszone, ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, kremówka łożsicka (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 Devolay Składniki: Mięso drobiowe, bułka tarta, pieprz, sól, jajka Sos pietruszkowy: Składniki: mąka pszenna, kremówka łosicka, pietruszka, majeranek, suszone, pieprz czarny, sól biała Surówka firmowa- z kapusty kiszonej: 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
Poniedziałek 31.08.	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 kalafiorowa: Składniki: kalafior, włoszczyzna, ziemniaki, mąka ziemniaczana, kremówka łosicka, woda, czosnek, sól, pieprz Sos bolognese z mięsem wieprzowym i makaronem Składniki: Łopatką mielona, włoszczyzna, makaron bezjajeczny, z pszenicy durum, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, bazyli, sól, pieprz, czosnek
Wtorek 01.09.	Krem z zielonych warzyw: Składniki: Ziemniaki, brokuł, szpinak, woda, mąka pszenna, typ 500 ,mąka ziemniaczana, ziele angielskie, Liść laurowy, suszony Gniazda drobiowo- wieprzowe z serem i jajkiem: Składniki: mięso wieprzowe, mięso drobiowe, bułka tarta, pieprz, sól, jajka, ser żółty, jajko Surówka Colesław: Składniki: kapusta biała, dressing colesław, cukier, cebula, sól, marchew, kwas cytrynowy- regulator kwasowości
Środa 02.09.	Zupa z soczewicy Składniki: Soczewica czerwona, ziemniaki, marchew, papryka, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, kremówka łosicka, włoszczyzna krojona w paski, w kostkę, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz. Potrąka warzywna Składniki: Pulpa pomidorowa, papryka, cebula, cukinia, fasola szparagowa, olej rzepakowy, włoszczyzna krojona w kostkę, pieprz, czosnek, pieprz, sól
Czwartek 03.09.	Sos pietruszkowy: Składniki: mąka pszenna, pietruszka, pieprz czarny, sól biała Pasta rybna: Ryba/ makrela wędzona, włoszczyzna, majonez, sól, pieprz

Szpital w Wąbrzeźnie

	Majonez: olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet spirytusowy, ocet winny, gorczyca, woda, cukier, sól Krem pomidorowy: Składniki: Koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, kremówka łosicka, włoszczyzna krojona w paski, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Ziemniaki po wiejsku z kurczakiem Składniki: ziemniaki krojone w plastry, mięso drobiowe z kurczaka, włoszczyzna paski, olej rzepakowy, sól, pieprz, czosnek Surówka kujawska Składniki: kapusta biała, majonez, por, marchew, cukier, kwas cytrynowy- regulator kwasowości, sól
Piątek 04.09.	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 Surówka z ogórka kiszzonego: Składniki: ogórek kiszony, papryka konserwowa, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, koper, pieprz Sos o smaku cytrynowym: Składniki: mąka pszenna, zaprawa cytrynowa, kremówka łosicka, majeranek, woda, koperek, sól, pieprz Zupa jarzynowa: Składniki: Ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, kremówka łosicka, brukselka, mieszanka 7 składnikowa: marchew, seler, Fasola szparagowa, kalafior, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól
Sobota 05.09.	Pasta z kurczaka Mięso z ud kurczaka, majonez, włoszczyzna krojona, sól, pieprz Potrąka z serduszek z warzywami Składniki: serduszka drobiowe, marchew, cebula, ogórek kiszony, papryka, sos o smaku śmietankowym: kremówka łosicka, mąka pszenna, ziele angielskie, liść laurowy, woda, sól, pieprz, majeranek Kapuśniak: Składniki: Kapusta młoda, ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, kremówka łosicka, włoszczyzna, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz
Niedziela 06.09.	Sos jasny: Składniki: Majeranek, suszone, mąka pszenna, typ 500, pieprz czarny, Sól biała, kremówka łosicka

Szpital w Wąbrzeźnie

	Sos jasny z warzywami: Składniki: Majeranek, suszone, mąka pszenna, typ 500, pieprz czarny, Sól biała, kremówka łośicka, włoszczyzna Wątróbka duszona z jabłkiem i cebulą: Składniki: Wątróbka kurczaka, cebula, jabłko, mąka pszenna, olej rzepakowy, majeranek, suszony, sól biała Zupa z fasolki szparagowej Składniki: Fasolka szparagowa, ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, kremówka łośicka, włoszczyzna , woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól, czosnek, pieprz
--	---

Gotowe produkty

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

Polędwica 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 Pierś 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:

Szpital w Wąbrzeźnie

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:

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

Półdewica 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.

Paszтет indykol

Paszтет 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 pszenney,
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,
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,