

Matopat

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 Herbata	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	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	Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (GLU,MLE,SEL) Leczo z kielbasą i ryżem 350 g (SEL) Woda	Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (GLU,MLE,SEL) Leczo z kielbasą i ryżem 350 g (SEL) Woda	Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (GLU,MLE,SEL) Leczo z kielbasą i ryżem 350 g (SEL) Woda
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowy 60 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowy 60 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowy 60 g (SOJ) Wędlina drobiowa 20 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowy 60 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata
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

Matopat

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	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Twarożek z koperkiem 50g (MLE) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata	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	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Twarożek z koperkiem 50g (MLE) Wędlina drobiowa 30g (SOJ) Sałata 10 g Herbata
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	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	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	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
Podwieczorek	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)
Kolacja	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Pasta z wątróbki 50 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z wątróbki 80 g (MLE) Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z wątróbki 80 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z wątróbki 80 g (MLE) Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata
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

Matopat

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 Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Jajka gotowane 2 szt. Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Jajka gotowane 2 szt. Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata	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
II śniadanie	Mus owocowy 1 szt.	Mus owocowy 1 szt.	Kefir 200 ml (MLE)	Mus 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	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	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	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
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Pasta rybną 50 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Pasta rybną 50 g (MLE) Ogórek świeży (bez skóry) 80g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Pasta rybną 50g (MLE) Ogórek świeży 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta rybną (MLE) 50 g Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Ogórek świeży (bez skóry) 80g Herbata 250ml
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

Matopat

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	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Sałatka makaronowa z wędliną, groszkiem i kukurydzą 150 g (GOR) Sałata 10 g Herbata	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	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Sałatka makaronowa z wędliną, groszkiem i kukurydzą 150 g (GOR) Sałata 10 g Herbata
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	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	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	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
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Serdelek drobiowy 1 szt. (SOJ) Serek topiony (MLE) 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Serdelek drobiowy 1 szt. (SOJ) Wędlina wieprzowa (SOJ) 30 g Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Serdelek drobiowy 1 szt. (SOJ) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Serdelek drobiowy 1 szt. (SOJ) Wędlina wieprzowa (SOJ) 30 g Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata
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

Matopat

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 Herbata	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 Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 40 g (SOJ) Serek z papryką 30 g Pomidor 80 g Herbata	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 Herbata
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	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	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	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
Podwieczorek	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.	Jogurt naturalny (MLE) 1 szt.	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB,MLE,GOR) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB,MLE,GOR) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g (bez skóry) Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB,MLE,GOR) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB,MLE,GOR) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g (bez skóry) Herbata
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

Matopat

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 Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (SOJ) Wędlina drobiowa 50g (SOJ) Miód pszczele 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata	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	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50g (SOJ) Miód pszczele 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata
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	Ryżanka 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Żołądki drobiowe w sosie śmietankowym z warzywami 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda	Ryżanka 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Żołądki drobiowe w sosie śmietankowym z warzywami 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda	Ryżanka 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Żołądki drobiowe w sosie śmietankowym z warzywami 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda
Podwieczorek	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ)	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ)	Maślanka 200 ml (MLE)	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ)
Kolacja	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z kurczaka 50 g (SOJ, GOR) Serek topiony 30 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z kurczaka 50 g (SOJ, GOR) Paprykarz 30 g (MLE) Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z kurczaka 50 g (SOJ, GOR) Paprykarz 30g (MLE) Ogórek świeży 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z kurczaka 50 g (SOJ, GOR) Paprykarz 30 g (RYB,MLE,GOR) Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata
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

Matopat

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 Herbata	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	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	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
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	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	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	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
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 50g (SOJ, GOR) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 50g (SOJ, GOR) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 50 g (SOJ, GOR) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 50 g (SOJ, GOR) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata
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

Matopat

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 Herbata	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	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 70 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Herbata	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
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	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (MLE,SEL) Makaron ryżowy po chińsku z kurczakiem i warzywami 350 g (MLE,SEL) Woda	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (MLE,SEL) Makaron ryżowy po chińsku z kurczakiem i warzywami 350 g (MLE,SEL) Woda	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (MLE,SEL) Makaron ryżowy po chińsku z kurczakiem i warzywami 350 g (MLE,SEL) Woda
Podwieczorek	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)
Kolacja	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna 50 g (JAJ,GOR) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor 80g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna 50 g (JAJ,GOR) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor 80 g (bez skóry) Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna 50 g (JAJ,GOR) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna 50 g (JAJ,GOR) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata
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

Matopat

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 Herbata	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	Pieczywo pszenno–żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowy 70 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Herbata	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
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	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	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	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
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna wieprzowa 30 g (SOJ) Paprykarz 50 g (RYB,MLE,GOR) Sałata 10 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna wieprzowa 30 g (SOJ) Paprykarz 50 g (RYB,MLE,GOR) Sałata 10 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna wieprzowa 30 g (SOJ) Paprykarz 50 g (RYB,MLE,GOR) Sałata 10 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna wieprzowa 30 g (SOJ) Paprykarz 50 g (RYB,MLE,GOR) Sałata 10 g Herbata
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

Matopat

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 Herbata	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	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	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
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) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowo- drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Warzywa gotowane 100 g Woda	Zupa z soczewicy 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowo- drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Warzywa gotowane 100 g Woda	Zupa z soczewicy 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowo- drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Warzywa gotowane 100 g Woda	Zupa z soczewicy 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowo- drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Warzywa gotowane 100 g Woda
Podwieczorek	Owoc 1szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Parówki 2 szt. (SOJ) Serek z koperkiem 30g (MLE) Ogórek świeży 80g STARKOWANE Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Parówki 2 szt. (SOJ) Serek z koperkiem (MLE) 30g Ogórek świeży 80 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Parówki 2 szt. (SOJ) Serek z koperkiem (MLE) 30g Ogórek świeży 80g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15 g (MLE) Parówki 2 szt. (SOJ) Serek z koperkiem (MLE) 30g Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata
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

Matopat 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 Herbata	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	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	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
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	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	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	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
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 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta rybna 50 g (RYB, GOR) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta rybna 50 g (RYB, GOR) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta rybna 30 g (RYB, GOR) Serek wiejski 1 szt. (MLE) Pomidor 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta rybna 50 g (RYB, GOR) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata
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

Matopat

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 Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Twaróg w kostce 50 g (MLE) Wędlina drobiowa 20 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata	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 Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Twaróg z kostce 50 g (MLE) Wędlina drobiowa 20 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata
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 panierowany 100 g (GLU,JAJ,RYB) Kalafior z bułką tartą 100g (GLU) Sos koperkowy 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda	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	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	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
Podwieczorek	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)
Kolacja	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z ciecierzycy 30 g (GOR) Serek topiony 50 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z ciecierzycy 50 g (GOR) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z ciecierzycy 50 g (GOR) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z ciecierzycy 50 g (GOR) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor (bez skóry) 80g Herbata
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

Matopat

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 Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Pomidor 80 g Herbata	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	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Pomidor 80 g Herbata
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	Zupa marchewkowa z groszkiem 350ml (MLE,SEL) Potrawka warzywna z ciecierzycą i kaszą bulgur 350 g (GLU,MLE,SEL) Woda	Zupa marchewkowa z groszkiem 350ml (MLE,SEL) Potrawka warzywna z ciecierzycą i kaszą bulgur 350 g (GLU,MLE,SEL) Woda	Zupa marchewkowa z groszkiem 350ml (MLE,SEL) Potrawka warzywna z ciecierzycą i kaszą bulgur 350 g (GLU,MLE,SEL) Woda
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z kurczaka 50 g (GOR) Serek topiony 30 g (MLE) Ogórek kiszony 80g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z kurczaka 50 g (GOR) Wędlina wieprzowa 20 g (SOJ) Ogórek kiszony (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z kurczaka 50 g (GOR) Wędlina wieprzowa 20 g (SOJ) Ogórek kiszony 80g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta kurczaka 50 g (GOR) Ogórek kiszony (bez skóry) 80g Herbata
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

Matopat

Niedziela 09.08.2026

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 Herbata	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	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Jajko gotowane 2 szt. Pomidor 80 g Herbata	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
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	Kapuśniak 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Kotlet wieprzowy pieczony 100g Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda	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	Kapuśniak 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Kotlet wieprzowy pieczony 100g Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo pszenne 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowy 50 g (SOJ) Serek topiony 30 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Herbata	Pieczywo pszenne 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowy 35 g (SOJ) Serek kanapkowy z ziołami 30 g (MLE) Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowy 50 g (SOJ) Serek z ziołami 30 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Herbata	Pieczywo pszenne 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15 g (MLE) Paszтет drobiowy 50 g (SOJ) Serek kanapkowy z ziołami 30 g (MLE) Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata
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

Dieta wysokoenergetyczna

Poniedziałek 27.07.26	Pieczywo pszenno – żytnie 130g (GLU, ŻYT) Masło 15g (MLE) Wędlna wieprzowa 50 g (SOJ) Twaróg w plastrach 50 g (MLE) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 40 g Pomidor 80g Sałata 10 g Herbata	Owoc 1 szt. Serek homogenizowany 1 szt. (MLE)	Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (GLU,MLE,SEL) Leczo z kiełbasą i ryżem 350 g (SEL) Woda	Serek wiejski 1 szt (MLE) + miód 1 szt. Biszkopty 30 g (GLU, JAJ)	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowy 60 g (SOJ) Wędlna drobiowa 50 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 40 g Ogórek świeży 80 g Sałata 10 g Herbata
Wtorek 28.07.26	Pieczywo pszenno – żytnie 130g (GLU, ŻYT) Masło 15g (MLE) Twarożek z koperkiem 50g (MLE) Wędlna drobiowa 50 g (SOJ) Serek topiony 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata 10 g Herbata	Płatki jaglane na mleku (MLE) 200ml + 1 szt. miód	Krem z buraka pieczonego 350ml (MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Udło drobiowe duszone w sosie curry 1 szt. (GLU,MLE,SEL) Mizeria 100 g (MLE) Woda	Jogurt owocowy 1szt (MLE) Baton 1 szt.	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pasta z wątróbki 50 g (MLE) Wędlna wieprzowa 50 g (SOJ) Miód pszczeli 40 g Ogórek świeży 40 g Pomidor 40 g Herbata
Środa 29.07.26	Pieczywo pszenno – żytnie 130g (GLU, ŻYT) Masło 15g (MLE) Jajka gotowane 3 szt. Wędlna drobiowa 30 g (SOJ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 40 g Pomidor 80 g Sałata 10 g Herbata	Serek homogenizowany 1 szt. (MLE) Mus owocowy 1 szt.	Zupa klopsowa z nutą ogórka 350ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pierogi ruskie 6 szt. (GLU, JAJ, MLE) Cebula 50 g Woda	Owoc 1 szt. Biszkopty 100g (GLU, JAJ, MLE)	Pieczywo pszenno- żytnie 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna wieprzowa 50g (SOJ) Pasta rybna 50 g (MLE) Serek z ziołami 50 g (MLE) Dżem prażone jabłko 40 g Ogórek świeży 80 g Sałata 10 g Herbata
Czwartek	Pieczywo pszenno – żytnie 120g	Koktajl owocowy z	Krem pomidorowy 350 ml	Owoc 1 szt.	Pieczywo pszenno- żytnie 90 g (GLU, ŻYT, SOJ)

Matopat

30.07.26	(GLU, ŻYT) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Sałatka makaronowa z wędliną, groszkiem i kukurydzą 150 g (GOR) Sałata 10 g Pomidor 80 g Herbata	jogurtem naturalnym 200 g (MLE)	(MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Bitka ze schabu duszona 100g Sos pieprzowy 50 ml (GLU,MLE,SEL) Surówka z czerwonej kapusty 100g (GOR) Woda	Serek wiejski (MLE) 1szt. + miód 1 szt.	Masło 15g Serdelek drobiowy 1 szt. (SOJ) Serek topiony (MLE) 20 g Ogórek świeży 80 g (MLE) Sałata 10 g Herbata
Piątek 31.07.26	Pieczywo pszenno – żytnie 130g (GLU, ŻYT) Masło 15g (MLE) Metka łososiowa 50 g (SOJ) Ser żółty 50 g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata 10 g Herbata	Baton 1 szt. Mus owocowy 1 szt.	Zupa ogórkowa 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200g Śledź pod pierzynką 100g (MLE) Surówka z kiszonej kapusty 100g Woda	Owoc 1 szt. Maślanka (MLE) 200 g	Pieczywo pszenno- żytnie 90g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB,MLE,GOR) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Herbata
Sobota 01.08.26	Pieczywo pszenno – żytnie 130g (GLU, ŻYT) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 80g (SOJ) Miód pszczeli 40 g Pomidor 80 g Sałata 10 g Herbata	Owoc 1 szt. Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Ryżanka 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Żołądki drobiowe w sosie śmietankowym z warzywami 150g (GLU,MLE,SEL) Woda	Mus owocowy 1szt. Herbatniki 100 g (GLU, JAJ)	Pieczywo pszenno- żytnie 90g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z kurczaka 50 g (SOJ, GOR) Serek topiony 30 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata 10 g Herbata
Niedziela 02.08.26	Pieczywo pszenno – żytnie 130g (GLU, ŻYT) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g (SOJ) Jajko gotowane 3 szt. Ogórek świeży 80 g Sałata 10 g	Jogurt owocowy 1szt. (MLE) Owoc 1 szt.	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	Owoc 1 szt. Serek homogenizowany 1szt. (MLE)	Pieczywo pszenno- żytnie 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 50g (SOJ, GOR) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Sałata 10 g Pomidor 80 g Herbata

Matopat

	Herbata				
Poniedziałek 03.08.26	Pieczywo pszenno – żytnie 130g (GLU, ŻYT) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 40g Serek topiony 50 g (MLE) Ogórek świeży 80g Sałata 10 g Herbata	Owoc 1 szt. Mus owocowy 1szt.	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (MLE,SEL) Makaron ryżowy po chińsku z kurczakiem i warzywami 350 g (MLE,SEL) Woda	Baton 1 szt. Owoc 1 szt.	Pieczywo pszenno- żytnie 90g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna 50 g (JAJ,GOR) Wędlina wieprzowa 50 g (SOJ) Ser żółty 30 g (MLE) Pomidor 80g Sałata 10 g Herbata
Wtorek 04.08.26	Pieczywo pszenno – żytnie 130g (GLU, ŻYT) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowy 50 g (SOJ) Serek z koperkiem 50 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 40 g Ogórek świeży 80 g Sałata 10 g Herbata	Płatki kukurydziane na mleku (MLE) 200ml +miód 1 szt.	Zupa buraczkowa 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Gniazdka wieprzowe z serkiem i szpinakiem 100 g (GLU,MLE) Surówka ala Ciesław (GOR) Sos o smaku śmietankowym 50ml (GLU,MLE,SEL) Woda	Jogurt owocowy 1szt (7) Ciasteczka owsiane 30 g	Pieczywo pszenno- żytnie 90g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g (SOJ) Paprykarz 50 g (RYB,MLE,GOR) Ser żółty 50 g (MLE) Sałata 10 g Pomidor 80 g Herbata
Środa 05.08.26	Pieczywo pszenno – żytnie 130g (GLU, ŻYT) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 80 g Sałata 10 g Herbata	Serek waniliowy 1szt. (MLE) Owoc 1 szt.	Zupa z soczewicy 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowo- drobiowy pieczony 100 g (GLU,JAJ) Warzywa gotowane 100 g Woda	Maślanka 200 ml (MLE) Owoc 1 szt.	Pieczywo pszenno- żytnie 90g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Parówki 4 szt. (SOJ) Serek z koperkiem 50g (MLE) Ogórek świeży 80g Sałata 10 g Herbata

Matopat

Czwartek 06.08.26	Pieczywo pszenno – żytnie 130g (GLU, ŻYT) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g (SOJ) Ser żółty 20 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Sałata 10 g Herbata	Budyń waniliowy (MLE) 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	Mus owocowy 1szt. Serek wiejski 1 szt. (MLE) +miód 1 szt.	Pieczywo pszenno- żytnie 90g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta rybna 50 g (RYB,GOR) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 40 g Pomidor 80 g Sałata 10 g Herbata
Piątek 07.08.26	Pieczywo pszenno – żytnie 130g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Twaróg w kostce 50 g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Miód pszczeli 40 g Sałata 10 g Herbata	Owoc 1 szt. Baton 1 szt.	Rosolnik ukraiński 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Filet z ryby panierowany 100 g (GLU, JAJ, RYB) Kalafior z bułką tartą 100g (GLU) Sos koperkowy 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda	Jogurt owocowy 1szt. (MLE) Ciasteczka owsiane 30 g (JAJ, GLU)	Pieczywo pszenno- żytnie 90g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z ciecierzycy 30 g (GOR) Serek topiony 50 g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata Herbata
Sobota 08.08.26	Pieczywo pszenno – żytnie 130g (GLU, ŻYT) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 80 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 40g Pomidor 80 g Sałata 10 g Herbata	Serek wiejski 1 szt. (MLE) Owoc 1 szt.	Zupa marchewkowa z groszkiem 350ml (MLE,SEL) Potrawka warzywna z ciecierzycą i kaszą bulgur 350 g (GLU,MLE,SEL) Woda	Kefir 200 ml (MLE) Mus owocowy 1szt.	Pieczywo pszenno- żytnie 90g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z kurczaka 50 g (GOR) Serek topiony 50 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek kiszony 80g Sałata 10 g Herbata
Niedziela 09.08.26	Pieczywo pszenno – żytnie 130g (GLU, ŻYT) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Jajko gotowane 2 szt. Pomidor 80 g Sałata 10 g	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE) Owoc 1 szt.	Kapuśniak 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200g Kiełbasa z cebulą 100g Surówka z ogórka kiszzonego 100g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda	Mus owocowy 1szt. Serek wiejski 1 szt. (MLE)	Pieczywo pszenno- żytnie 90g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowy 50 g (SOJ) Serek topiony 50 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE)

Matopiat

	Herbata				Ogórek świeży 80 g Sałata 10 g Herbata
--	---------	--	--	--	--

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

Matopiat

	Zupa klopsowa z nutą ogórka Składniki: Włoszczyzna, ziemniaki, woda z ogórków kiszonych, kremówka łożsicka, mięso wieprzowe, bułka tarta, jajka, pieprz, sól biała, ziele angielskie, liść laurowy, czosnek
Czwartek 30.07.	Krem pomidorowy: Składniki: Koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, kremówka łożsicka, włoszczyzna krojona w paski, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Sos pieprzowy: Składniki: mąka ziemniaczana, mąka pszenna, pieprz zielony w zalewie, kremówka łożsicka, 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 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 Surówka 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
Sobota 01.08.	Pasta z kurczaka Składniki: Mięso z ud kurczaka, majonez, włoszczyzna krojona, sól, pieprz Potrawka z żołądków z warzywami Składniki: żołądki drobiowe, marchew, cebula, ogórek kiszony, papryka, sos o smaku śmietankowym: kremówka łożsicka, mąka pszenna, ziele angielskie, liść laurowy, woda, sól, pieprz, majeranek Ryżanka Ryz biały, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, kremówka łożsicka, włoszczyzna krojona w paski, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól

Matopiat

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: Składniki: kapusta biała, por, majonez, cukier, sól, kwas cytrynowy Sznycel 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

Matopiat

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/ makrela wędzona, włoszczyzna, majonez, sól, pieprz 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.	Potrąwka 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,

Matopat

	ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz
	Kotlet wieprzowy:
	Składniki: mięso wieprzowe, bułka tarta, pieprz, sól, jajka,

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:

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,

Matopat

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.

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,

Matopat

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,