

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2026-03-30 poniedziałek	NSACZ- KARDIO- D01 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g		Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 60 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 1 901,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,1 Tłuszcz [g] 50,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 305,1 w tym cukry [g] 40,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 Sól [g] 7,3
	NSACZ- KARDIO- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowod.	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 10 g	Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 60 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 1 764,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,5 Tłuszcz [g] 62,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 252 w tym cukry [g] 27,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 Sól [g] 5,7
	NSACZ- KARDIO- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g		Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (- <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 1 693,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 73,6 Tłuszcz [g] 42,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2 Węglowodany ogółem [g] 262 w tym cukry [g] 38 Błonnik pokarmowy [g] 21 Sól [g] 7

2026-03-31 wtorek	NSACZ- KARDIO- D01 Podstawowa	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет pieczony drobiowy 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Pomidor 100 g	Chałka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 451,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127,8 Tłuszcz [g] 89,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Węglowodany ogółem [g] 307,3 w tym cukry [g] 39,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 Sól [g] 9,4	
	NSACZ- KARDIO- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowod.	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <b>MLE</b> ) Hummus 20 g Pomidor 20 g	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica Sopotcka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 100 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 245,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,1 Tłuszcz [g] 83,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 295,9 w tym cukry [g] 38,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 Sól [g] 9,1
	NSACZ- KARDIO- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Dyńia duszona z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</b> ) Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica Sopotcka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 100 g	Chałka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 423,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127,6 Tłuszcz [g] 75,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 317,5 w tym cukry [g] 58,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,7 Sól [g] 7,9	

2026-04-01 środa	NSACZ- KARDIO- D01 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i selera () 150 g (MLE, SEL.) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] [kcal] 2 112 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 94,5 Tłuszcz [g] 47,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 Węglowodany ogółem [g] 357,4 w tym cukry [g] 47,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 Sól [g] 7,8	
	NSACZ- KARDIO- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowod.	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (MLE.) Twarożek 20 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () b/c 100 g Surówka z marchwi i selera b/c () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] [kcal] 2 148,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 93,1 Tłuszcz [g] 53,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 Węglowodany ogółem [g] 366,6 w tym cukry [g] 52,6 Błonnik pokarmowy [g] 45,9 Sól [g] 7,6
	NSACZ- KARDIO- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g		Grycikowa* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] [kcal] 1 872,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 85,8 Tłuszcz [g] 39,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,3 Węglowodany ogółem [g] 307,6 w tym cukry [g] 47,6 Błonnik pokarmowy [g] 23 Sól [g] 7,4
2026-04-02 czwartek	NSACZ- KARDIO- D01 Podstawowa	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 20 g	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.)	Mandarynka 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] [kcal] 2 165,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 96 Tłuszcz [g] 59,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 Węglowodany ogółem [g] 337 w tym cukry [g] 59,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sól [g] 7,2	

2026-04-02 czwartek	NSACZ- KARDIO- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowod.	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 20 g	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami * 400 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> )	Mandarynka 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 148,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,2 Tłuszcz [g] 73,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 315,2 w tym cukry [g] 46,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,6 Sól [g] 7,3
	NSACZ- KARDIO- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g	Ziemniaczana (bez mleka) () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml			Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 197,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,1 Tłuszcz [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17 Węglowodany ogółem [g] 330,8 w tym cukry [g] 60,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 Sól [g] 6,2
2026-04-03 piątek	NSACZ- KARDIO- D01 Podstawowa	Kasza manna na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 70 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z jabłek prażonych 100 g	Dyniowa z makaronem 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Sos koperkowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml			Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 100 g	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ.</b> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 383,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,3 Tłuszcz [g] 69,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 350,2 w tym cukry [g] 60,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 Sól [g] 6,4
	NSACZ- KARDIO- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowod.	Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 70 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z jabłek prażonych 100 g	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Ogórek kiszony 20 g	Dyniowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Sos koperkowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 100 g	Paluszki z kminkiem 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 253,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,4 Tłuszcz [g] 73,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 328,5 w tym cukry [g] 46,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 Sól [g] 8,4

2026-04-03 piątek	NSACZ- KARDIO- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Kasza manna na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Mus z jabłek prażonych 100 g		Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB.) Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE.) Pomidor 100 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 323,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 104,7 Tłuszcz [g] 67,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 332,9 w tym cukry [g] 57,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,2 Sól [g] 6,4
2026-04-04 sobota	NSACZ- KARDIO- D01 Podstawowa Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Pomidor 100 g		Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 096,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 66,8 Tłuszcz [g] 54,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,7 Węglowodany ogółem [g] 360,9 w tym cukry [g] 86,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Sól [g] 6,3
2026-04-04 sobota	NSACZ- KARDIO- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowod. Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Pomidor 100 g	Sok pomidorowy 200 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Chrupki kukurydziane 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 071,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 73 Tłuszcz [g] 68,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 329,2 w tym cukry [g] 56,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,3 Sól [g] 7,1
2026-04-04 sobota	NSACZ- KARDIO- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Pomidor 100 g		Grycikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 1 952,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 68,9 Tłuszcz [g] 46,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,1 Węglowodany ogółem [g] 323,1 w tym cukry [g] 80,3 Błonnik pokarmowy [g] 18,1 Sól [g] 5,1

2026-04-05 niedziela	NSĄCZ- KARDIO- D01 Podstawowa	<p>Płatki pszenne na mleku 350 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)                  Herbata czarna granulowana b/c 250 ml                  Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                  Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                  Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<b>MLE.</b>)                  Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>)                  Pomidor 100 g</p>		<p>Żurek z ziemniakami () 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b>)                  Ziemniaki gotowane () 200 g                  Schab gotowany 90 g                  Sos własny () 100 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                  Buraczki gotowane () 150 g                  Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>		<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b>)                  Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                  Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<b>MLE.</b>)                  Poledwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b>)                  Sałatka jarzynowa* 150 g (<b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>)</p>	<p>Podplomyki b/c 20 g (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)</p> <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 234,2                  Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 95,1                  Tłuszcz [g] 60,5                  Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4                  Węglowodany ogółem [g] 352 w tym cukry [g] 61,5                  Błonnik pokarmowy [g] 32                  Sól [g] 8,3</p>
	NSACZ- KARDIO- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowod.	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml                  Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                  Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<b>MLE.</b>)                  Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>)                  Pomidor 100 g</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                  Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<b>MLE.</b>)                  Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g                  Sałata zielona 10 g</p>	<p>Żurek z ziemniakami () 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b>)                  Ziemniaki gotowane () 200 g                  Schab gotowany 90 g                  Sos własny () 100 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                  Buraczki gotowane () b/cukru 150 g                  Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b>)                  Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                  Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<b>MLE.</b>)                  Poledwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b>)                  Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<b>MLE, SEL.</b>)</p>	<p>Podplomyki b/c 20 g (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)</p> <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 1 984,6                  Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 90,2                  Tłuszcz [g] 48,3                  Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16                  Węglowodany ogółem [g] 337,5 w tym cukry [g] 52,2                  Błonnik pokarmowy [g] 39,4                  Sól [g] 7,5</p>
	NSACZ- KARDIO- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	<p>Płatki pszenne na mleku 350 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)                  Herbata czarna granulowana b/c 250 ml                  Chleb pszenny 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                  Masło extra 82% 15 g (<b>MLE.</b>)                  Kiełbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b>)                  Pomidor 100 g</p>		<p>Ziemniaczana () 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                  Ziemniaki gotowane () 200 g                  Sos własny () 100 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                  Schab gotowany 90 g                  Buraczki gotowane () 150 g                  Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>		<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b>)                  Chleb pszenny 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                  Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<b>MLE.</b>)                  Poledwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</b>)                  Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<b>MLE, SEL.</b>)</p>	<p>Podplomyki b/c 20 g (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)</p> <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 031                  Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 94,3                  Tłuszcz [g] 45,6                  Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2                  Węglowodany ogółem [g] 323,7 w tym cukry [g] 50,2                  Błonnik pokarmowy [g] 25,9                  Sól [g] 7,4</p>