

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2026-04-13 poniedziałek	NSAČZ- KARDIO- D01 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Platki pszenne na mleku/p 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Papryka konserwowa 100 g		Fasolowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron z serem 350 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Mus z jabłek prażonych 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 ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 467,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 96,6 Tłuszcz [g] 52,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8 Węglowodany ogółem [g] 400 w tym cukry [g] 67,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 Sól [g] 7,2
	NSAČZ- KARDIO- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowod.	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Papryka konserwowa 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 20 g	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z serem 350 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Pomararńca 150 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g	Paluszki z kminkiem 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 222,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 86,1 Tłuszcz [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 364,1 w tym cukry [g] 63,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,4 Sól [g] 8,6
	NSAČZ- KARDIO- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Platki pszenne na mleku/p 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 100 g		Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron z serem 350 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Mus z jabłek prażonych 100 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 pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Marchew gotowana z olejem* 100 g	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 236,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 89,4 Tłuszcz [g] 43,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,9 Węglowodany ogółem [g] 355 w tym cukry [g] 68,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,2 Sól [g] 7
2026-04-14 wtorek	NSAČZ- KARDIO- D01 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Zacierka na mleku/p 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g		Brokułowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ryż na sypko 200 g Surówka z kapusty białej 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 ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 70 g ( <u>SEL.</u> ) Salatka z pomidora i salaty zielonej 100 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 270 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 96,8 Tłuszcz [g] 71,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 Węglowodany ogółem [g] 335,3 w tym cukry [g] 46,6 Błonnik pokarmowy [g] 28 Sól [g] 6,1

2026-04-14 wtorek	NSACZ- KARDIO- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowod.	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 10 g	Brokółowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ryż na sypko 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 70 g ( <u>SEL.</u> ) Salatka z pomidora i salaty zielonej 100 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 209,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92 Tłuszcz [g] 81,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 318,9 w tym cukry [g] 35,4 Błonnik pokarmowy [g] 39,5 Sól [g] 6,9
	NSACZ- KARDIO- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Zacierka na mleku/p 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g		Brokółowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane ( ) 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 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 70 g ( <u>SEL.</u> ) Salatka z pomidora i salaty zielonej 100 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 219,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,3 Tłuszcz [g] 64,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 323 w tym cukry [g] 50 Błonnik pokarmowy [g] 22 Sól [g] 5,9
2026-04-15 środa	NSACZ- KARDIO- D01 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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 80 g Salata zielona 20 g	Jarzynowa z makaronem (dieta) ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kapusta zasmażana ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) 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 ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 60 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 966,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,4 Tłuszcz [g] 49,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,4 Węglowodany ogółem [g] 321,8 w tym cukry [g] 40,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Sól [g] 6,7	
	NSACZ- KARDIO- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowod.	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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 80 g Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z natką pietruszki 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 20 g	Jarzynowa z makaronem (dieta) ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Jogurt naturalny 3% tł. 1szt 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 60 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 919,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79,5 Tłuszcz [g] 58 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4 Węglowodany ogółem [g] 307,2 w tym cukry [g] 35,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,2 Sól [g] 6,6
	NSACZ- KARDIO- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</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 80 g Salata zielona 20 g		Jarzynowa z makaronem (bez mleka) ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Marchew gotowana * 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 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 60 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 888,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,6 Tłuszcz [g] 42,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,9 Węglowodany ogółem [g] 305,2 w tym cukry [g] 39,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,8 Sól [g] 6,6

2026-04-16 czwartek	NSACZ- KARDIO- D01 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Platki owsiane na mleku/p 350 ml ( <u>MLE, GLU OW,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE,</u> ) Twarożek z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 100 g		Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Fasolka po bretońsku 350 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) 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 ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE,</u> ) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ,</u> ) Salatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> )	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia a 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 281,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,8 Tłuszcz [g] 62,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Węglowodany ogółem [g] 369,5 w tym cukry [g] 55,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,8 Sól [g] 9,5
	NSACZ- KARDIO- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowod.	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE,</u> ) Twarożek z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <u>MLE,</u> ) Ser zółty 20 g ( <u>MLE,</u> ) Ogórek kiszony 20 g	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 400 g ( <u>SEL, GLU JECZ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE,</u> ) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ,</u> ) Salatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> )	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 229,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,8 Tłuszcz [g] 69,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 349,3 w tym cukry [g] 45,8 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Sól [g] 7
	NSACZ- KARDIO- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Platki owsiane na mleku/p 350 ml ( <u>MLE, GLU OW,</u> ) Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE,</u> ) Twarożek z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 100 g		Ziemniaczana (bez mleka) () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 400 g ( <u>SEL, GLU JECZ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 150 g		Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE,</u> ) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ,</u> ) Salatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> )	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia a 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 146,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,1 Tłuszcz [g] 58,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 Węglowodany ogółem [g] 324,7 w tym cukry [g] 60 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Sól [g] 6,6
2026-04-17 piątek	NSACZ- KARDIO- D01 Podstawowa	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE,</u> ) Twarożek 70 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt		Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka 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 ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Pomidor 100 g	Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 186,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,7 Tłuszcz [g] 61,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 Węglowodany ogółem [g] 327,5 w tym cukry [g] 66 Błonnik pokarmowy [g] 27 Sól [g] 6,1
	NSACZ- KARDIO- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowod.	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE,</u> ) Ser zółty 50 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <u>MLE,</u> ) Twarożek 30 g ( <u>MLE,</u> ) Salata zielona 10 g	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba gotowana (Morszczuk) 90 g ( <u>RYB,</u> ) Sos koperkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL,</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Maślanka 200 ml ( <u>MLE,</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Pomidor 100 g	Paluszki z kminkiem 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 252,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,1 Tłuszcz [g] 84,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Węglowodany ogółem [g] 309,5 w tym cukry [g] 55,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,1 Sól [g] 9,1

2026-04-17 piątek	NSACZ- KARDIO- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</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> ) Jabłko 1 szt 1 szt		Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryba gotowana (Morszczuk) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Sos koperkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany* 150 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g	Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 969 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,8 Tłuszcz [g] 43,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 Węglowodany ogółem [g] 310,4 w tym cukry [g] 61 Błonnik pokarmowy [g] 22,4 Sól [g] 6,8
	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 ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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		Koperkowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml Surówka z selera i jabłka () 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> )		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 ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paszтет z soczewicy () 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem () 100 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 252,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,3 Tłuszcz [g] 69,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Węglowodany ogółem [g] 338,9 w tym cukry [g] 56,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,7 Sól [g] 7,4
2026-04-18 sobota	NSACZ- KARDIO- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowod. Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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	Sok pomidorowy 200 ml	Koperkowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paszтет z soczewicy () 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem () 100 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 165 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,4 Tłuszcz [g] 70,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 Węglowodany ogółem [g] 332,5 w tym cukry [g] 63,3 Błonnik pokarmowy [g] 42,6 Sól [g] 7,3
	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.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g		Grycikowa* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Marchew gotowana* 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 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 980,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,9 Tłuszcz [g] 55 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 Węglowodany ogółem [g] 289,8 w tym cukry [g] 53,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,6 Sól [g] 7,7
2026-04-19 niedziela	NSACZ- KARDIO- D01 Podstawowa Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 70 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 100 g		Rosół z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Buraczki gotowane () 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 ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 361,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 128,1 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 318,8 w tym cukry [g] 47,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 Sól [g] 8,9

2026-04-19 niedziela	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 ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 70 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynekowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Ogórek kiszony 20 g	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml	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 Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 320,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 122 Tłuszcz [g] 79,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 318,3 w tym cukry [g] 41,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 Sól [g] 9,2
	NSACZ- KARDIO- D06 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 70 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 100 g		Grycikowa* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Buraczki gotowane () 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> ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 238,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 121,2 Tłuszcz [g] 66,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Węglowodany ogółem [g] 299,2 w tym cukry [g] 48,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,9 Sól [g] 6,7