

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2026-09-07 poniedziałek	NSACZ- KARDIO- D01 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 20 g (<u>MLE.</u>) Kielbasa Zielenogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u> , <u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g		Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</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 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 20 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 992,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 61,4 Tłuszcz [g] 50,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,5 Węglowodany ogółem [g] 343 w tym cukry [g] 80 Błonnik pokarmowy [g] 29 Sól [g] 5,6
	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>) Kielbasa Zielenogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u> , <u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</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>) Ogórek świeży 20 g	Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Śliwka szt 1 szt	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>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 818 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 58,6 Tłuszcz [g] 53,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 Węglowodany ogółem [g] 311,9 w tym cukry [g] 74,5 Błonnik pokarmowy [g] 39,6 Sól [g] 5,3
	NSACZ- KARDIO- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki 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>) Kielbasa Zielenogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u> , <u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g		Wielowarzynna z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</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 pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 894,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 66,8 Tłuszcz [g] 34,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,3 Węglowodany ogółem [g] 335,8 w tym cukry [g] 80,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,2 Sól [g] 5,1
2026-09-08 wtorek	NSACZ- KARDIO- D01 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Makaron na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 20 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 150 g		Grochowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (<u>MLE.</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 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Papryka świeża 100 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 404,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,1 Tłuszcz [g] 64,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20 Węglowodany ogółem [g] 389,3 w tym cukry [g] 88,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,5 Sól [g] 5,7

2026-09-08 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.) 20 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany z ziołami 70 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>) Hummus 30 g (<u>SEŻ</u>) Pomidor 20 g	Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () b/c 100 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z porzeczek czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	Kawa zbożowa z makiem/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.) 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Papryka świeża 100 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 236,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,8 Tłuszcz [g] 72,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Węglowodany ogółem [g] 354,1 w tym cukry [g] 61,3 Błonnik pokarmowy [g] 46,2 Sól [g] 5,6
	NSACZ- KARDIO- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Makaron 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 tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Arbuz 150 g		Solferino (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Buraczki gotowane () b/c 150 g Kompot z porzeczek czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 100 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia a 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 077,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89 Tłuszcz [g] 41,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,3 Węglowodany ogółem [g] 346,9 w tym cukry [g] 87,1 Błonnik pokarmowy [g] 24 Sól [g] 6,3
2026-09-09 środa	NSACZ- KARDIO- D01 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryz na mleku/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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g		Grysiowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Dyńia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z makiem/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>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salatka wiosenna - diety 100 g	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 265,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,6 Tłuszcz [g] 62,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,9 Węglowodany ogółem [g] 334,8 w tym cukry [g] 49,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</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>) Ogórek kiszony 20 g	Grysiowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z makiem/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>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salatka wiosenna - diety 100 g	Paluszki z kminkiem 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 209,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,4 Tłuszcz [g] 85,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 315 w tym cukry [g] 44,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 Sól [g] 10,5
	NSACZ- KARDIO- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryz na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Kiełbasa Zielenogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g		Grysiowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Dyńia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z makiem/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>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salatka wiosenna - diety 100 g	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 127,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,2 Tłuszcz [g] 51,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,6 Węglowodany ogółem [g] 311,8 w tym cukry [g] 48,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,5 Sól [g] 7

2026-09-10 czwartek	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>) Ogórek świeży 100 g		Barszcz ukraiński z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczek 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>) Kielbasa Zielenogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Cukinia pieczona z olejem () 100 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 174 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,8 Tłuszcz [g] 59,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3 Węglowodany ogółem [g] 337,2 w tym cukry [g] 48,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 Sól [g] 7,5
	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>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ</u>) Ogórek świeży 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 10 g	Barszcz ukraiński z ziemniakami b/c () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczek czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt	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>) Kielbasa Zielenogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Cukinia pieczona z olejem () 100 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 150,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,1 Tłuszcz [g] 66,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 336,2 w tym cukry [g] 50,1 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Sól [g] 6,9
	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 50 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		Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczek 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.) 10 g (<u>MLE</u>) Kielbasa Zielenogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Cukinia pieczona z olejem () 100 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 910,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92 Tłuszcz [g] 53,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,6 Węglowodany ogółem [g] 277,3 w tym cukry [g] 48,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Sól [g] 5,8
2026-09-11 piątek	NSACZ- KARDIO- D01 Podstawowa	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) 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>) Serek a'la homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Arbuz 150 g		Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Surówka żydowska z olejem () 150 g Kompot z porzeczek 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 koperkiem -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] 2 221,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,1 Tłuszcz [g] 63,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6 Węglowodany ogółem [g] 334,3 w tym cukry [g] 68,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,9 Sól [g] 7,1
	NSACZ- KARDIO- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowod.	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>) Serek a'la homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Arbuz 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Hummus 30 g (<u>SEJ</u>) Ogórek kiszony 20 g	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka żydowska z olejem () b/c 100 g Kompot z porzeczek czerwonej i jabłek* b/c 250 ml Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</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 koperkiem -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] 2 221,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,4 Tłuszcz [g] 85,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Węglowodany ogółem [g] 308,7 w tym cukry [g] 51 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 Sól [g] 9,2

2026-09-11 piątek	NSACZ- KARDIO- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 150 g		Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z porzeczek 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>) Pasta z jaj z koperkiem -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] 2 182 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,4 Tłuszcz [g] 55,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 Węglowodany ogółem [g] 329,6 w tym cukry [g] 71,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 Sól [g] 5,7
2026-09-12 sobota	NSACZ- KARDIO- D01 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki 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>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g		Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka wykwinna z olejem- podstawa 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot z porzeczek 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 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Kiełbasa Zielenogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u> <u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 010,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,8 Tłuszcz [g] 57,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,1 Węglowodany ogółem [g] 313,6 w tym cukry [g] 56 Błonnik pokarmowy [g] 32,2 Sól [g] 7,5
	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>) 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 ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 20 g	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane drobno tartę() b/c 100 g Kompot z porzeczek 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>) Kiełbasa Zielenogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u> <u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 049,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,6 Tłuszcz [g] 64,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3 Węglowodany ogółem [g] 321,4 w tym cukry [g] 58,6 Błonnik pokarmowy [g] 40,7 Sól [g] 9
	NSACZ- KARDIO- D06 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki 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>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g		Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tartę() b/c 150 g Kompot z porzeczek 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>) Kiełbasa Zielenogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u> <u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 948,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,2 Tłuszcz [g] 46,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,3 Węglowodany ogółem [g] 313 w tym cukry [g] 66,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Sól [g] 7,5
2026-09-13 niedziela	NSACZ- KARDIO- D01 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Cytryna 5 g		Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Kapusta zasmażana 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z porzeczek 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 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 119 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,2 Tłuszcz [g] 63,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 311,5 w tym cukry [g] 44,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Sól [g] 7,8

2026-09-13 niedziela

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 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Cytryna 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Salata lodowa 15 g	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczek czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 935 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,2 Tłuszcz [g] 53,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3 Węglowodany ogółem [g] 305,6 w tym cukry [g] 27,2 Błonnik pokarmowy [g] 38,3 Sól [g] 6,5
NSACZ- KARDIO- D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml 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>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Cytryna 5 g		Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Schab gotowany 90 g Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczek 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>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 872 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,1 Tłuszcz [g] 44,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,2 Węglowodany ogółem [g] 281 w tym cukry [g] 38,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,9 Sól [g] 6,2