

Amika konsorcjum medyczne sp z o.o.

	dieta podstawowa	dieta łatwostrawna	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	dieta podstawowa C	
2026-05-11 poniedziałek	Śniadanie	płatki owsiane błyskawiczne na mleku 220 ml (GLU, MLE.) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ.) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE.) udziec indyczy w galarecie 70 g (SOJ, MLE, SEL.) ser topiony 25g 1 szt (MLE.) pomidor 1 porcja 80 g mus owocowy 1 szt herbata 200 ml	płatki owsiane błyskawiczne na mleku 220 ml (GLU, MLE.) chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU.) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE.) udziec indyczy w galarecie 70 g (SOJ, MLE, SEL.) ser topiony 25g 1 szt (MLE.) pomidor 1 porcja 80 g mus owocowy 1 szt herbata 200 ml	zupa z płatkami owsianymi błyskawicznymi 300 ml (GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ.) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE.) udziec indyczy w galarecie 70 g (SOJ, MLE, SEL.) ser topiony 25g 1 szt (MLE.) papryka 1 porcja 50 g ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata 200 ml	płatki owsiane błyskawiczne na mleku 220 ml (GLU, MLE.) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ.) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE.) udziec indyczy w galarecie 70 g (SOJ, MLE, SEL.) ser topiony 25g 1 szt (MLE.) papryka 1 porcja 50 g ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata z cukrem 200 ml
		II ŚN	mandarynka 80 g	jabłka deserowe 180 g	mandarynka 80 g
Obiad	zupa jarzynowa z soczewicą podstawowa 300 ml (MLE, SEL.) sznyceł drobiowy, pieczony 100 g (GLU, JAJ.) ziemniaki gotowane 220 g (MLE.) kapusta kiszona gotowana 150 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.) kompot owocowy 200 ml	zupa krem z dyni z grzankami (M) 300 ml (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.) sznyceł drobiowy, pieczony 100 g (GLU, JAJ.) ziemniaki gotowane 220 g (MLE.) jarzyna duszona 120 g (MLE, SEL.) kompot owocowy 200 ml	zupa jarzynowa z soczewicą podstawowa 300 ml (MLE, SEL.) sznyceł drobiowy, pieczony 100 g (GLU, JAJ.) ziemniaki z wody 220 g kapusta kiszona gotowana 150 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.) kompot owocowy 200 ml	zupa jarzynowa z soczewicą podstawowa 300 ml (MLE, SEL.) sznyceł drobiowy, pieczony 100 g (GLU, JAJ.) ziemniaki gotowane 220 g (MLE.) kapusta kiszona gotowana 150 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.) kompot owocowy 200 ml	
	PD		jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		
Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ.) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE.) ser żółty 50 g (MLE.) dżem 1/1 25 g 1 szt Sałatka z roszponki i pomidorów koktajlowych 50 g ogórki świeże 50 g herbata 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU.) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE.) ser żółty 50 g (MLE.) dżem 1/1 25 g 1 szt Sałatka z roszponki i pomidorów koktajlowych 50 g jabłko pieczone 200 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ.) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE.) ser żółty 50 g (MLE.) Sałatka z roszponki i pomidorów koktajlowych 50 g ogórki świeże 50 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ.) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE.) ser żółty 50 g (MLE.) dżem 1/1 25 g 1 szt Sałatka z roszponki i pomidorów koktajlowych 50 g ogórki świeże 50 g herbata 200 ml	
	PN	biskopki mamutki 1 szt (GLU, JAJ.)	chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ.) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE.) herbata 200 ml	biskopki mamutki 1 szt (GLU, JAJ.)	
	E: 2077.33 kcal; B: 88.71 g; T: 77.36 g; W: 279.61 g; Bł: 28.94 g; Na: 3633.18 mg; Kw Tł N: 33.16 g; CP: 44.81 g;	E: 2310.25 kcal; B: 86.80 g; T: 76.77 g; W: 311.76 g; Bł: 35.77 g; Na: 3500.49 mg; Kw Tł N: 33.43 g; CP: 58.75 g;	E: 2114.18 kcal; B: 91.60 g; T: 77.20 g; W: 291.90 g; Bł: 35.04 g; Na: 3801.80 mg; Kw Tł N: 35.32 g; CP: 26.80 g;	E: 2077.33 kcal; B: 88.71 g; T: 77.36 g; W: 279.61 g; Bł: 28.94 g; Na: 3633.18 mg; Kw Tł N: 33.16 g; CP: 44.81 g;	

Amika konsorcjum medyczne sp z o.o

	dieta podstawowa	dieta łatwostrawna	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	dieta podstawowa C	
2026-05-12 wtorek	Śniadanie	kasza jęczmienna na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) szynka z kotła 50 g ogórek świeży 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata 200 ml	kasza jęczmienna na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) szynka z kotła 50 g pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	zupa z kaszą jęczmienną 300 ml (GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) szynka z kotła 50 g ogórek świeży 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata 200 ml	kasza jęczmienna na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) szynka z kotła 50 g ogórek świeży 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata 200 ml
		II SN	banan 200 g	koktajl truskawkowy na jogurcie 150 ml (MLE,)	banan 200 g
2026-05-12 wtorek	Obiad	zupa koperkowa z tartym ciastem 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL,) kapusta faszerowana 100 g (GLU, JAJ,) sos pomidorowy 50 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) ziemniaki gotowane 220 g (MLE,) surówka z selera i jabłka 120 g (SEL,) kompot owocowy 200 ml	zupa koperkowa z tartym ciastem 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL,) bitka schabowa w sosie własnym 120 g (GLU, MLE,) ziemniaki gotowane 220 g (MLE,) surówka z selera i jabłka 120 g (SEL,) kompot owocowy 200 ml	zupa koperkowa z tartym ciastem 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL,) kapusta faszerowana 100 g (GLU, JAJ,) sos pomidorowy 50 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) ziemniaki gotowane 220 g (MLE,) surówka z selera i jabłka 120 g (SEL,) kompot owocowy 200 ml	
		PD		grejpfrut 180 g	
2026-05-12 wtorek	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE,) Sałatka z papryki i sałaty zielonej z oliwą 100 g herbata 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE,) pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE,) Sałatka z papryki i sałaty zielonej z oliwą 100 g herbata 200 ml	
		PN	Ciasteczka Kupiec 50g 1 szt (GLU, SOJ,)	chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) herbata 200 ml	Ciasteczka Kupiec 50g 1 szt (GLU, SOJ,)
		E: 2128.89 kcal; B: 84.67 g; T: 67.44 g; W: 316.57 g; Bł: 34.84 g; Na: 2892.03 mg; Kw Tł N: 25.23 g; CP: 67.66 g;	E: 2183.14 kcal; B: 88.81 g; T: 63.96 g; W: 301.77 g; Bł: 31.72 g; Na: 2396.42 mg; Kw Tł N: 24.97 g; CP: 65.06 g;	E: 1974.19 kcal; B: 82.22 g; T: 65.18 g; W: 292.55 g; Bł: 36.77 g; Na: 2741.16 mg; Kw Tł N: 28.18 g; CP: 38.97 g;	E: 2128.89 kcal; B: 84.67 g; T: 67.44 g; W: 316.57 g; Bł: 34.84 g; Na: 2892.03 mg; Kw Tł N: 25.23 g; CP: 67.66 g;

Amika konsorcjum medyczne sp z o.o.

	dieta podstawowa	dieta łatwostrawna	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	dieta podstawowa C	
2026-05-13 środa	Śniadanie	kasza jaglana na mleku 220 ml (MLE,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) galaretka drobiowa (1 porcja) 150 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	kasza jaglana na mleku 220 ml (MLE,) chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) galaretka drobiowa (1 porcja) 150 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	zupa z kaszą jaglaną 300 ml (SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) galaretka drobiowa (1 porcja) 150 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	kasza jaglana na mleku 220 ml (MLE,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) galaretka drobiowa (1 porcja) 150 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml
		II ŚN jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)			
2026-05-13 środa	Obiad	zupa brokułowa z makaronem drobnym 300 ml (GLU, MLE, SEL,) kotlet z jajka, pieczony 100 g (GLU, JAJ,) ziemniaki gotowane 220 g (MLE,) marchewka z groszkiem 150 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml	rosół z makaronem nitki 300 ml (GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) kotlet z jajka, pieczony 100 g (GLU, JAJ,) ziemniaki gotowane 220 g (MLE,) marchewka gotowana 150 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml	zupa brokułowa z makaronem drobnym 300 ml (GLU, MLE, SEL,) kotlet z jajka, pieczony 100 g (GLU, JAJ,) ziemniaki gotowane 220 g (MLE,) marchewka z groszkiem 150 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml	
		PD		jabłka deserowe 180 g	
2026-05-13 środa	Kolacja	chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ,) bułka kajzerka 60g 1 szt Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) Pasta warzywna z jabłkiem i cebulą 70 g (GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,) kielbasa krakowska sucha 50 g ogórek świeży 1 porcja 80 g rzodkiewka 1 porcja 50 g herbata 200 ml	chleb pszenny 2 kromki 60 g (GLU,) bułka kajzerka 60g 1 szt Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) pasta z drobiu 80 g (SEL,) kielbasa krakowska sucha 50 g pomidor 1 porcja 80 g mus owocowy 1 szt herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) Pasta warzywna z jabłkiem i cebulą 70 g (GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,) kielbasa krakowska sucha 50 g ogórek świeży 1 porcja 80 g rzodkiewka 1 porcja 50 g herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ,) bułka kajzerka 60g 1 szt Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) pasta z drobiu 80 g (SEL,) kielbasa krakowska sucha 50 g ogórek świeży 1 porcja 80 g rzodkiewka 1 porcja 50 g herbata 200 ml
		PN	kubuś go 1 szt	chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) herbata 200 ml	kubuś go 1 szt
		E: 2167.99 kcal; B: 101.16 g; T: 72.91 g; W: 300.63 g; Bf: 35.23 g; Na: 3206.94 mg; Kw Tł N: 28.23 g; CP: 57.57 g;	E: 2278.34 kcal; B: 110.09 g; T: 76.79 g; W: 285.88 g; Bf: 30.36 g; Na: 3501.66 mg; Kw Tł N: 28.84 g; CP: 55.78 g;	E: 2195.49 kcal; B: 97.04 g; T: 78.95 g; W: 309.48 g; Bf: 39.42 g; Na: 3012.71 mg; Kw Tł N: 31.35 g; CP: 39.07 g;	E: 2205.46 kcal; B: 110.46 g; T: 80.92 g; W: 280.36 g; Bf: 30.54 g; Na: 3292.59 mg; Kw Tł N: 30.79 g; CP: 55.01 g;

Amika konsorcjum medyczne sp z o.o.

	dieta podstawowa	dieta łatwostrawna	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	dieta podstawowa C	
2026-05-14 czwartek	Śniadanie	płatki kukurydziane na mleku 220 ml (GLU, MLE, ORZ.) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ.) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE.) parówka 1 szt. + ketchup 1 szt. 80 g (SOJ, SEL.) twarożek z rzodkiewką 50 g (MLE.) papryka 1 porcja 80 g herbata 200 ml	płatki kukurydziane na mleku 220 ml (GLU, MLE, ORZ.) chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU.) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE.) parówka 1 szt. + ketchup 1 szt. 80 g (SOJ, SEL.) twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	zupa z płatkami jęczmiennymi 300 ml (GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ.) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE.) parówka 1 szt. + ketchup 1 szt. 80 g (SOJ, SEL.) twarożek z rzodkiewką 50 g (MLE.) papryka 1 porcja 80 g herbata 200 ml	płatki kukurydziane na mleku 220 ml (GLU, MLE, ORZ.) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ.) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE.) parówka 1 szt. + ketchup 1 szt. 80 g (SOJ, SEL.) twarożek z rzodkiewką 50 g (MLE.) papryka 1 porcja 80 g herbata 200 ml
		II ŚN	pomarańcz 150 g	jabłka deserowe 180 g	pomarańcz 150 g
2026-05-14 czwartek	Obiad	kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami 300 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.) Sos meksykański z fasolą, kukurydzą i kurczakiem 120 g kasza jęczmienna (2 gałki) 130 g (GLU, MLE.) sałata zielona z oliwą 50 g kompot owocowy 200 ml	zupa krem z selera z jabłkiem z grzankami 300 ml (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.) gulasz drobiowy 120 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.) kasza jęczmienna (2 gałki) 130 g (GLU, MLE.) sałata zielona z oliwą 50 g kompot owocowy 200 ml	kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami 300 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.) Sos meksykański z fasolą, kukurydzą i kurczakiem 120 g kasza jęczmienna (2 gałki) 130 g (GLU, MLE.) sałata zielona z oliwą 50 g kompot owocowy 200 ml	zupa krem z selera z jabłkiem z grzankami 300 ml (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.) Sos meksykański z fasolą, kukurydzą i kurczakiem 120 g kasza jęczmienna (2 gałki) 130 g (GLU, MLE.) sałata zielona z oliwą 50 g kompot owocowy 200 ml
		PD		jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
2026-05-14 czwartek	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ.) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE.) kielbasa swojska (1 porcja) 70 g ser topiony 25g 1 szt (MLE.) sałatka jarzynowa z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL.) herbata z cukrem 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU.) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE.) kurczak z bobrownik 50 g ser topiony 25g 1 szt (MLE.) sałatka jarzynowa z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL.) herbata z cukrem 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ.) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE.) kurczak z bobrownik 50 g ser topiony 25g 1 szt (MLE.) sałatka jarzynowa z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL.) herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ.) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE.) kurczak z bobrownik 50 g ser topiony 25g 1 szt (MLE.) sałatka jarzynowa z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL.) herbata z cukrem 200 ml
		PN	jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ.) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE.) herbata 200 ml	skyr owocowy 330 ml 1 szt (MLE.)
		E: 2099.33 kcal; B: 98.81 g; T: 77.83 g; W: 266.70 g; Bł: 35.80 g; Na: 4646.80 mg; Kw Tł N: 34.42 g; CP: 51.18 g;	E: 2177.44 kcal; B: 103.00 g; T: 68.45 g; W: 270.52 g; Bł: 35.75 g; Na: 4587.31 mg; Kw Tł N: 33.51 g; CP: 52.24 g;	E: 2042.83 kcal; B: 93.48 g; T: 73.01 g; W: 275.94 g; Bł: 41.94 g; Na: 4160.58 mg; Kw Tł N: 33.38 g; CP: 37.09 g;	E: 2161.63 kcal; B: 109.89 g; T: 69.29 g; W: 290.26 g; Bł: 38.37 g; Na: 3994.21 mg; Kw Tł N: 29.90 g; CP: 55.42 g;

Amika konsorcjum medyczne sp z o.o.

		dieta podstawowa	dieta łatwostrawna	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	dieta podstawowa C
2026-05-15 piątek	Sniadanie	makaron drobny na mleku 220 ml (<u>GLU, MLE,</u>) rogal pszenny 1 szt (<u>GLU,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbatniki BeBe 1 szt (<u>GLU, MLE, SO2, może zawierać: OZI,</u>) kawa zbożowa 200 ml (<u>GLU, MLE,</u>)		zupa z makaronem drobnym 300 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u>) chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	makaron drobny na mleku 220 ml (<u>GLU, MLE,</u>) rogal pszenny 1 szt (<u>GLU,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbatniki BeBe 1 szt (<u>GLU, MLE, SO2, może zawierać: OZI,</u>) kawa zbożowa 200 ml (<u>GLU, MLE,</u>)
	II SN	jabłka deserowe 180 g			jabłka deserowe 180 g jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	zupa krem z dyni z ryżem (M) 300 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u>) ryba panierowana, pieczona 90 g (<u>GLU, JAJ, RYB,</u>) ziemniaki gotowane 220 g (<u>MLE,</u>) sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml		zupa krem z dyni z ryżem (M) 300 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u>) ryba panierowana, pieczona 90 g (<u>GLU, JAJ, RYB,</u>) ziemniaki z wody 220 g sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml	zupa krem z dyni z ryżem (M) 300 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u>) ryba panierowana, pieczona 90 g (<u>GLU, JAJ, RYB,</u>) ziemniaki gotowane 220 g (<u>MLE,</u>) sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml
	PD			kefir 1,5% tł. 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ,</u>) Serek Almette 30 g 1 szt (<u>MLE,</u>) pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g (<u>GLU,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ,</u>) Serek Almette 30 g 1 szt (<u>MLE,</u>) pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ,</u>) Serek Almette 30 g 1 szt (<u>MLE,</u>) pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml chleb graham 2 kromki 60 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ,</u>) Serek Almette 30 g 1 szt (<u>MLE,</u>) pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml
	PN	talatki orkiszowe 15g 1 szt (<u>GLU,</u>)			talatki orkiszowe 15g 1 szt (<u>GLU,</u>)
		E: 2259.18 kcal; B: 85.82 g; T: 70.04 g; W: 341.44 g; Bł: 26.43 g; Na: 2750.54 mg; Kw Tł N: 32.33 g; CP: 71.79 g;	E: 2331.66 kcal; B: 87.84 g; T: 69.58 g; W: 342.32 g; Bł: 25.91 g; Na: 2744.22 mg; Kw Tł N: 32.47 g; CP: 71.79 g;	E: 2057.73 kcal; B: 81.75 g; T: 69.44 g; W: 311.09 g; Bł: 33.33 g; Na: 2731.92 mg; Kw Tł N: 30.07 g; CP: 44.00 g;	E: 2346.18 kcal; B: 92.57 g; T: 72.29 g; W: 351.34 g; Bł: 26.43 g; Na: 2842.54 mg; Kw Tł N: 33.68 g; CP: 71.79 g;

Amika konsorcjum medyczne sp z o.o.

	dieta podstawowa	dieta łatwostrawna	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	dieta podstawowa C	
2026-05-16 sobota	Śniadanie	kasza kukurydziana na mleku 220 ml (MLE) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE) kurczak z bobrownik 50 g ser topiony 25g 1 szt (MLE) ogórek świeży 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml	kasza kukurydziana na mleku 220 ml (MLE) chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE) kurczak z bobrownik 50 g ser topiony 25g 1 szt (MLE) pomidor 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml	zupa z kaszą jaglaną 300 ml (SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE) kurczak z bobrownik 50 g ser topiony 25g 1 szt (MLE) ogórek świeży 1 porcja 80 g herbata 200 ml	kasza kukurydziana na mleku 220 ml (MLE) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE) kurczak z bobrownik 50 g ser topiony 25g 1 szt (MLE) ogórek świeży 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml
		II ŚN	mandarynka 60 g	jabłka deserowe 180 g	mandarynka 60 g skyr owocowy 330 ml 1 szt (MLE)
2026-05-16 sobota	Obiad	żurek z ziemniakami 300 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR) rizotto mięsne z cukinia i papryką, podstawowe (M) 300 g (MLE, SEL) sos pomidorowy 50 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR) kalafior gotowany 150 g (MLE) kompot owocowy 200 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami diety (SW) 300 ml (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR) rizotto mięsne z cukinia i papryką, podstawowe (M) 300 g (MLE, SEL) sos pomidorowy 50 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR) jarzyna duszona 120 g (MLE, SEL) kompot owocowy 200 ml	żurek z ziemniakami 300 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR) rizotto mięsne z cukinia i papryką, podstawowe (M) 300 g (MLE, SEL) sos pomidorowy 50 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR) kalafior gotowany 150 g (MLE) kompot owocowy 200 ml	
		PD		jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	
2026-05-16 sobota	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE) paprykarz rybny 80 g (GLU, RYB, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB) serek kiri kiri 17 g 1 szt (MLE) ogórek kiszony 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata z cukrem 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE) paprykarz rybny 80 g (GLU, RYB, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB) serek kiri kiri 17 g 1 szt (MLE) pomidor 1 porcja 80 g sok warzywny 1 szt herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE) paprykarz rybny 80 g (GLU, RYB, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB) serek kiri kiri 17 g 1 szt (MLE) ogórek kiszony 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE) paprykarz rybny 80 g (GLU, RYB, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB) serek kiri kiri 17 g 1 szt (MLE) ogórek kiszony 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata z cukrem 200 ml
		PN	ciastka wielozbożowe 300g 50 g (GLU, MLE, może zawierać: OZI, SOJ)	chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE) herbata 200 ml	ciastka wielozbożowe 300g 50 g (GLU, MLE, może zawierać: OZI, SOJ)
		E: 2170.96 kcal; B: 87.98 g; T: 69.88 g; W: 326.32 g; Bł: 26.09 g; Na: 4172.41 mg; Kw Tł N: 26.00 g; CP: 49.03 g;	E: 2246.23 kcal; B: 89.62 g; T: 67.17 g; W: 320.61 g; Bł: 31.82 g; Na: 4785.35 mg; Kw Tł N: 26.38 g; CP: 52.48 g;	E: 2147.46 kcal; B: 89.71 g; T: 71.51 g; W: 319.10 g; Bł: 30.54 g; Na: 4018.98 mg; Kw Tł N: 29.83 g; CP: 32.07 g;	E: 2428.36 kcal; B: 109.43 g; T: 74.83 g; W: 357.67 g; Bł: 26.09 g; Na: 4172.41 mg; Kw Tł N: 26.00 g; CP: 49.03 g;

Amika konsorcjum medyczne sp z o.o.

		dieta podstawowa	dieta łatwostrawna	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	dieta podstawowa C	
2026-05-17 niedziela	Sniadanie	płatki jęczmienne na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) udziec indyczy w galarecie 70 g (SOJ, MLE, SEL,) Serek Almette 30 g 1 szt (MLE,) papryka 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml	płatki jęczmienne na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) udziec indyczy w galarecie 70 g (SOJ, MLE, SEL,) Serek Almette 30 g 1 szt (MLE,) pomidor 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml	zupa z płatkami jęczmiennymi 300 ml (GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) udziec indyczy w galarecie 70 g (SOJ, MLE, SEL,) Serek Almette 30 g 1 szt (MLE,) papryka 1 porcja 80 g herbata 200 ml	płatki jęczmienne na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) udziec indyczy w galarecie 70 g (SOJ, MLE, SEL,) Serek Almette 30 g 1 szt (MLE,) papryka 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml	
	II SN	jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)				
	Obiad	zupa krem z groszku zielonego z grzankami 300 ml (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) udko pieczone 150 g (SOJ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) ziemniaki gotowane 220 g (MLE,) surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 120 g kompot owocowy 200 ml	zupa krem z groszku zielonego z grzankami 300 ml (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) udko pieczone 150 g (SOJ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) ziemniaki gotowane 220 g (MLE,) marchewka gotowana 150 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml	zupa krem z groszku zielonego z grzankami 300 ml (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) udko pieczone 150 g (SOJ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) ziemniaki z wody 220 g surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 120 g kompot owocowy 200 ml	zupa krem z groszku zielonego z grzankami 300 ml (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) udko pieczone 150 g (SOJ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) ziemniaki gotowane 220 g (MLE,) surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 120 g kompot owocowy 200 ml	
	PD			grejpfrut 180 g		
	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) kielbasa szynkowa z bobrownik 50 g pomidor 1 porcja 50 g ogórek świeży 1 porcja 50 g herbata 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) kielbasa krakowska sucha 50 g pomidor 1 porcja 80 g mus owocowy 1 szt herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) kielbasa szynkowa z bobrownik 50 g pomidor 1 porcja 50 g ogórek świeży 1 porcja 50 g herbata 200 ml		
PN	jabłka deserowe 180 g		chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) herbata 200 ml	jabłka deserowe 180 g		
		E: 2009.03 kcal; B: 96.43 g; T: 74.64 g; W: 263.38 g; Bł: 28.84 g; Na: 3049.28 mg; Kw Tł N: 31.61 g; CP: 57.32 g;	E: 2215.52 kcal; B: 101.33 g; T: 75.30 g; W: 278.49 g; Bł: 32.04 g; Na: 3155.02 mg; Kw Tł N: 32.46 g; CP: 54.85 g;	E: 1997.99 kcal; B: 94.84 g; T: 71.92 g; W: 274.07 g; Bł: 33.39 g; Na: 3198.03 mg; Kw Tł N: 32.74 g; CP: 35.16 g;	E: 2009.03 kcal; B: 96.43 g; T: 74.64 g; W: 263.38 g; Bł: 28.84 g; Na: 3049.28 mg; Kw Tł N: 31.61 g; CP: 57.32 g;	

2026-05-18 poniedziałek

	dieta podstawowa	dieta łatwostrawna	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	dieta podstawowa C
Śniadanie	tarte ciasto na mleku 220 ml (GLU, JAJ, MLE,) bułka maślana 90g 1 szt (GLU, JAJ, MLE,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) miód 2 szt 50 g Herbatniki BeBe 1 szt (GLU, MLE, SO2, może zawierać: OZI,) kakao 200 ml (MLE, może zawierać: MLE,)		zupa z tartym ciastem 300 ml (GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) kurczak z bobrownik 50 g pomidor 1 porcja 50 g ogórek świeży 1 porcja 50 g herbata 200 ml	tarte ciasto na mleku 220 ml (GLU, JAJ, MLE,) bułka maślana 90g 1 szt (GLU, JAJ, MLE,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) miód 2 szt 50 g Herbatniki BeBe 1 szt (GLU, MLE, SO2, może zawierać: OZI,) kakao 200 ml (MLE, może zawierać: MLE,)
II SN	jabłka deserowe 180 g			jabłka deserowe 180 g jogurt owocowy 1 szt (MLE,)
Obiad	zupa ogórkowa z ziemniakami 300 g (MLE, SEL,) zrazy drobiowe z mięsa mielonego, pieczone 100 g (GLU, JAJ,) sos pieczarkowy 50 g (GLU, MLE,) kasza gryczana (2 gałki) 140 g (MLE,) fasolka szparagowa gotowana 150 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml	zupa grysikowa 300 ml (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) zrazy drobiowe z mięsa mielonego, pieczone 100 g (GLU, JAJ,) sos koperkowy 50 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) kasza jęczmienna (2 gałki) 130 g (GLU, MLE,) sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml	zupa ogórkowa z ziemniakami 300 g (MLE, SEL,) zrazy drobiowe z mięsa mielonego, pieczone 100 g (GLU, JAJ,) sos pieczarkowy 50 g (GLU, MLE,) kasza gryczana (2 gałki) 140 g (MLE,) fasolka szparagowa gotowana 150 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml	zupa ogórkowa z ziemniakami 300 g (MLE, SEL,) zrazy drobiowe z mięsa mielonego, pieczone 100 g (GLU, JAJ,) sos koperkowy 50 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) kasza gryczana (2 gałki) 140 g (MLE,) fasolka szparagowa gotowana 150 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml
PD			kefir 1,5% tł. 1 szt (MLE,)	
Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) ser biały śniadaniowy 100g 1 szt (MLE,) Sałatka z papryki i sałaty zielonej z oliwą 100 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) ser biały śniadaniowy 100g 1 szt (MLE,) pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) ser biały śniadaniowy 100g 1 szt (MLE,) Sałatka z papryki i sałaty zielonej z oliwą 100 g herbata 200 ml	
PN	baton zbożowy 40g 1 szt (GLU, może zawierać: OZI, MLE,)		chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) herbata 200 ml	baton zbożowy 40g 1 szt (GLU, może zawierać: OZI, MLE,)
	E: 2381.51 kcal; B: 83.63 g; T: 75.79 g; W: 351.66 g; Bł: 25.79 g; Na: 3328.30 mg; Kw Tł N: 32.84 g; CP: 56.21 g;	E: 2354.40 kcal; B: 82.29 g; T: 69.19 g; W: 355.22 g; Bł: 34.26 g; Na: 2828.02 mg; Kw Tł N: 30.72 g; CP: 65.01 g;	E: 2085.20 kcal; B: 88.72 g; T: 71.44 g; W: 299.89 g; Bł: 29.67 g; Na: 3347.53 mg; Kw Tł N: 34.00 g; CP: 28.34 g;	E: 2487.22 kcal; B: 86.94 g; T: 77.91 g; W: 370.33 g; Bł: 25.11 g; Na: 3592.46 mg; Kw Tł N: 34.17 g; CP: 64.42 g;

Amika konsorcjum medyczne sp z o.o.

		dieta podstawowa	dieta łatwostrawna	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	dieta podstawowa C
2026-05-19 wtorek	Śniadanie	płatki kukurydziane na mleku 220 ml (GLU, MLE, ORZ,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) ser żółty 50 g (MLE,) jajko gotowane 1 szt (JAJ,) ogórek świeży 1 porcja 80 g herbata 200 ml	płatki kukurydziane na mleku 220 ml (GLU, MLE, ORZ,) chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) ser żółty 50 g (MLE,) jajko gotowane 1 szt (JAJ,) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	zupa z ryżem 300 ml (SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) ser żółty 50 g (MLE,) jajko gotowane 1 szt (JAJ,) ogórek świeży 1 porcja 80 g herbata 200 ml	płatki kukurydziane na mleku 220 ml (GLU, MLE, ORZ,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) ser żółty 50 g (MLE,) jajko gotowane 1 szt (JAJ,) ogórek świeży 1 porcja 80 g herbata 200 ml
	II ŚN	banan 200 g		koktajl truskawkowy na jogurcie 150 ml (MLE,)	banan 200 g
	Obiad	rosół z makaronem nitki 300 ml (GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) bitka schabowa w sosie własnym 120 g (GLU, MLE,) ziemniaki gotowane 220 g (MLE,) surówka Colesław 150 g kompot owocowy 200 ml	rosół z makaronem nitki 300 ml (GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) bitka schabowa w sosie własnym 120 g (GLU, MLE,) ziemniaki z wody 220 g cukinia duszona (M) 120 g kompot owocowy 200 ml	rosół z makaronem nitki 300 ml (GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) bitka schabowa w sosie własnym 120 g (GLU, MLE,) ziemniaki z wody 220 g surówka Colesław 150 g kompot owocowy 200 ml	rosół z makaronem nitki 300 ml (GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,) bitka schabowa w sosie własnym 120 g (GLU, MLE,) ziemniaki gotowane 220 g (MLE,) surówka Colesław 150 g kompot owocowy 200 ml
	PD			jabłka deserowe 180 g	
	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) szynka z kotła 50 g ser mozzarella 60 g 60 g (MLE,) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) szynka z kotła 50 g ser mozzarella 60 g 60 g (MLE,) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) szynka z kotła 50 g ser mozzarella 60 g 60 g (MLE,) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	
	PN	skyr owocowy 330 ml 1 szt (MLE,)		chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) herbata 200 ml	skyr owocowy 330 ml 1 szt (MLE,)
			E: 2285.40 kcal; B: 117.62 g; T: 78.97 g; W: 301.87 g; Bł: 25.04 g; Na: 3446.92 mg; Kw Tł N: 37.38 g; CP: 61.99 g;	E: 2335.59 kcal; B: 120.98 g; T: 71.47 g; W: 294.01 g; Bł: 21.59 g; Na: 3180.64 mg; Kw Tł N: 35.42 g; CP: 59.30 g;	E: 2004.42 kcal; B: 96.67 g; T: 73.00 g; W: 273.11 g; Bł: 29.60 g; Na: 3430.66 mg; Kw Tł N: 39.06 g; CP: 36.74 g;

Amika konsorcjum medyczne sp z o.o.

	dieta podstawowa	dieta łatwostrawna	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	dieta podstawowa C	
2026-05-20 środa	Śniadanie	kasza manna na mleku 220 ml (<u>GLU, MLE,</u>) chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) serek wiejski 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) ogórek kiszony 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata 200 ml	kasza manna na mleku 220 ml (<u>GLU, MLE,</u>) chleb pszenny 3 kromki 100 g (<u>GLU,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) serek wiejski 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) pomidor 1 porcja 80 g sok warzywny 1 szt herbata 200 ml	zupa z kaszą manną 300 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u>) chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) serek wiejski 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) ogórek kiszony 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata 200 ml	kasza manna na mleku 220 ml (<u>GLU, MLE,</u>) chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) serek wiejski 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) ogórek kiszony 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata 200 ml
		II ŚN	drożdżówka 60g 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>)	jabłka deserowe 180 g	drożdżówka 60g 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) skyr owocowy 330 ml 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	zupa grochowa 300 ml (<u>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u>) ryż zapiekany z jabłkami 300 g (<u>MLE, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ,</u>) jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>) kompot owocowy 200 ml	zupa krem z dyni z grzankami (M) 300 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u>) ryż zapiekany z jabłkami 300 g (<u>MLE, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ,</u>) jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>) kompot owocowy 200 ml	zupa grochowa 300 ml (<u>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u>) rizotto mięsne z cukinia i papryką, podstawowe (M) 300 g (<u>MLE, SEL,</u>) sos pomidorowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u>) surówka z kapusty czerwonej diety 150 g kompot owocowy 200 ml	zupa krem z dyni z grzankami (M) 300 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u>) ryż zapiekany z jabłkami 300 g (<u>MLE, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ,</u>) jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>) kompot owocowy 200 ml
		PD		jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Kolacja	chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) sałatka śledziowa 100 g (<u>JAJ, RYB, MLE, GOR, może zawierać: JAJ,</u>) Serek Almette 30 g 1 szt (<u>MLE,</u>) papryka 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g (<u>GLU,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) pasta z drobiu 80 g (<u>SEL,</u>) Serek Almette 30 g 1 szt (<u>MLE,</u>) pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) pasta z drobiu 80 g (<u>SEL,</u>) Serek Almette 30 g 1 szt (<u>MLE,</u>) papryka 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	
	PN	talatki orkiszowe 15g 1 szt (<u>GLU,</u>)		chleb graham 2 kromki 60 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) herbata 200 ml	talatki orkiszowe 15g 1 szt (<u>GLU,</u>)
	E: 2311.85 kcal; B: 86.19 g; T: 74.72 g; W: 354.71 g; Bł: 30.14 g; Na: 2996.31 mg; Kw Tł N: 31.05 g; CP: 60.75 g;	E: 2285.68 kcal; B: 89.50 g; T: 58.84 g; W: 345.00 g; Bł: 27.77 g; Na: 3316.26 mg; Kw Tł N: 29.47 g; CP: 71.14 g;	E: 2291.33 kcal; B: 105.89 g; T: 78.29 g; W: 329.25 g; Bł: 39.47 g; Na: 3727.30 mg; Kw Tł N: 35.71 g; CP: 43.01 g;	E: 2351.82 kcal; B: 104.94 g; T: 64.29 g; W: 364.30 g; Bł: 25.86 g; Na: 3095.00 mg; Kw Tł N: 29.07 g; CP: 63.51 g;	

Amika konsorcjum medyczne sp z o.o.

62-300 Wrzesnia ul. Piastów 16

Oznaczenia alergenów:

- GLU - Zboża zawierające gluten,
- SKR - Skorupiaki i pochodne,
- JAJ - Jaja i pochodne,
- RYB - Ryby i pochodne,
- OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
- SOJ - Soja i pochodne,
- MLE - Mleko i pochodne,
- ORZ - Orzechy,
- SEL - Seler i pochodne,
- GOR - Gorczyca i pochodne,
- SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
- SO2 - Dwutlenek siarki, siarczyny,
- ŁUB - Łubin i pochodne,
- MCK - Mięczaki i pochodne,

Oznaczenia wskaźników odż.:

- Wartość energetyczna [kcal],
- Białko ogółem,
- Tłuszcz,
- Węglowodany ogółem,
- Sód,
- Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
- Błonnik pokarmowy,
- suma cukrów prostych,