

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2026-06-29 poniedziałek	MCTIPZ - dieta z ogr. latw. przysw. wegl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER ŻOŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	POMARAŃCZA (150g) 1 szt	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM (koper, włoszczyzna, śmietana, mąka pszenna, makaron) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) WIEPRZOWINA PO WĘGERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, koncentrat pomidorowy) 120 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY BIAŁEJ DROBNO TARTA b/cukru (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	Energia [kcal] 1 944,2 Białko ogółem [g] 69,9 Tłuszcz [g] 62,8 Węglowodany ogółem [g] 292,9 Sód [mg] 2 332,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,4 suma cukrów prostych [g] 24,2
	MCTIPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana)l 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 80 g (MLEKO) KIELKI 2 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g DŻEM OWOCOWY 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5g		ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM (koper, włoszczyzna, śmietana, mąka pszenna, makaron) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) ŁOPATKA DUSZONA MIĘKKA W SOSIE (łopatka wp., mąka pszenna) 100 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POLEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (OZI, SELER, GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5g	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	Energia [kcal] 2 249,3 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 57,6 Węglowodany ogółem [g] 320,8 Sód [mg] 1 762,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,2 suma cukrów prostych [g] 58,1
2026-06-30 wtorek	MCTIPZ - dieta z ogr. latw. przysw. wegl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA TWAROGOWO - RYBNA (ser biały, tuńczyk, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	GRUSZKA (140g) 1 szt	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (MLEKO, SELER) KOTLET MIELONY PIECZONY (łopatka wp., cebula, jajka kl.M, bułka tarta, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA b/cukru (marchew, seler, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 60 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 010,5 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 68,8 Węglowodany ogółem [g] 278,3 Sód [mg] 3 540,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,7 suma cukrów prostych [g] 27,3

2026-06-30 wtorek	MCTIPZ - dieta latwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PASTA TWAROGOWO - RYBNA (ser biały, tuńczyk, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	MUS Z GRUSZKI 100 g	Energia [kcal] 1 949,7 Białko ogółem [g] 101,1 Tłuszcz [g] 46,4 Węglowodany ogółem [g] 306 Sód [mg] 2 511,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,2 suma cukrów prostych [g] 41,9
	MCTIPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) POMIDOR 50 g RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	POMARAŃCZA (150g) 1 szt	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA BULGUR GOTOWANA 200 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, ziola) 50 g (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 1 885,9 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 38,5 Węglowodany ogółem [g] 301 Sód [mg] 2 835,5 Błonnik pokarmowy [g] 46,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,1 suma cukrów prostych [g] 52,2
	MCTIPZ - dieta latwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) MARIMOLADA 50 g SZPINAK BABY 2 g RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (GLUTEN) KASZA JEĆZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 200 g (GLUTEN) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, ziola) 50 g (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 023,1 Białko ogółem [g] 84,2 Tłuszcz [g] 38,8 Węglowodany ogółem [g] 349,8 Sód [mg] 2 570,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 14,2 suma cukrów prostych [g] 83
2026-07-01 środa	MCTIPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA Z CIECIERZCY Z SUSZONYMI POMIDORAMI 50 g (SELER, SO2) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA FASOLOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasola Jaś, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, kielbasa domow, mąka, cebula) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEM KISZONYM (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, olej rzepakowy) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) SZPINAK BABY 2 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 083,8 Białko ogółem [g] 80,3 Tłuszcz [g] 69,1 Węglowodany ogółem [g] 286 Sód [mg] 2 786,6 Błonnik pokarmowy [g] 44,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,9 suma cukrów prostych [g] 22,8
2026-07-02 czwartek	MCTIPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.						

2026-07-02 czwartek	MCTIPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA) DŻEM OWOCOWY 1 szt MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 150 g SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (SOJA) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 138,9 Białko ogółem [g] 81,6 Tłuszcz [g] 56 Węglowodany ogółem [g] 326,6 Sód [mg] 2 601,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,7 suma cukrów prostych [g] 64,6
	MCTIPZ - dieta z ogr. tław. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GORCZYCA) SAŁATKA Z OGÓRKA KISZONEGO I PAPRYKI (ogórek kiszony, papryka konserwowa) 100 g (GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA MINISTRONE (ziemniaki, włoszczyzna, kapusta biała, kalafior, fasolka, brokuł, przecier pomidorowy) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 100 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona, pietruszka, ksylitol) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g KIELKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 184,5 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 86,7 Węglowodany ogółem [g] 268,1 Sód [mg] 3 260,3 Błonnik pokarmowy [g] 37 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,2 suma cukrów prostych [g] 23
2026-07-03 piątek	MCTIPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 100 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 50 g (MLEKO) MARMOLADA 30 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g KIELKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 018,1 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 47 Węglowodany ogółem [g] 321,2 Sód [mg] 2 357 Błonnik pokarmowy [g] 26,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,3 suma cukrów prostych [g] 61,1
	MCTIPZ - dieta z ogr. tław. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDÓR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL B/CUKRU (kisiel owocowy, woda) 1 Por	ZUPA BARSZCZ UKRAIŃSKI (buraki, kapusta biała, ziemniaki, fasola Jaś, marchew, pietruszka, seler, cebula, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (lopátka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDA (ogórek kiszony, cebula, musztarda) 200 g (GORCZYCA)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (SELER, GORCZYCA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 1 934 Białko ogółem [g] 84,5 Tłuszcz [g] 57,9 Węglowodany ogółem [g] 274,8 Sód [mg] 4 606,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,3 suma cukrów prostych [g] 31,6
2026-07-04 sobota	MCTIPZ - dieta z ogr. tław. przysw. węgl.						

2026-07-04 sobota	MCTIPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) ROSZPONKA 5 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 g (GLUTEN) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 50 g (SELER, GORCZYCA) SAŁATA LODOWA 10 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 077,1 Białko ogółem [g] 91,6 Tłuszcz [g] 47 Węglowodany ogółem [g] 337 Sód [mg] 2 255 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,5 suma cukrów prostych [g] 65
	MCTIPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) SZYNKA DEBOWA (wp.) 30 g (SOJA) SAŁATKA ŚRODZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 150 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (MLEKO) POMIDOR 50 g KIELKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 371,6 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 96,1 Węglowodany ogółem [g] 270,3 Sód [mg] 3 707,6 Błonnik pokarmowy [g] 34 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,7 suma cukrów prostych [g] 32,3
2026-07-05 niedziela	MCTIPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA DEBOWA (wp.) 50 g (SOJA) SAŁATKA ŚRODZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g MUS Z GRUSZKI 100 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO)		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 150 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (MLEKO) DŻEM OWOCOWY 1 szt SZPINAK BABY 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	Energia [kcal] 2 116 Białko ogółem [g] 77,6 Tłuszcz [g] 55,3 Węglowodany ogółem [g] 324,1 Sód [mg] 2 556,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,1 suma cukrów prostych [g] 56,6
	MCTIPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYČĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (MLEKO) POMIDOR 60 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) SOS BOŁONSKI Z WARZYWAMI DUSZONY (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 150 g (GLUTEN) MAKARON PEŁNOZIARNISTY PENNE GOTOWANY 200 g SURÓWKA COLESŁAW DROBNO SIEKANA B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, ksylitol) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA DROBIOWĄ Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (OZI, SELER, GORCZYCA) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz., fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, ziel. pietruszka, olej rzepakowy) 80 g (GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL B/CUKRU (kisiel owocowy, woda) 1 Por	Energia [kcal] 2 277,9 Białko ogółem [g] 102,9 Tłuszcz [g] 58,8 Węglowodany ogółem [g] 318,9 Sód [mg] 2 463,2 Błonnik pokarmowy [g] 52,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22 suma cukrów prostych [g] 33,6

2026-07-06 poniedziałek	MCTIPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane)I 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (MLEKO) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKE) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g (GLUTEN, SOJA) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POLEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (OZI, SELER, GORCZYCA) MIÓD 1 szt LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 339,9 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 48,9 Węglowodany ogółem [g] 361,5 Sód [mg] 2 178,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19 suma cukrów prostych [g] 66,3
2026-07-07 wtorek	MCTIPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgli.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 80 g (RYBA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	GRUSZKA (140g) 1 szt	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bulka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA POROWA Z CZERWONĄ KAPUSTĄ (por, kapusta czerwona, marchew, jogurt naturalny, olej rzepakowy, ocet, sól, cukier) 200 g (MLEKO) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 50 g (MLEKO) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 046,1 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 63,7 Węglowodany ogółem [g] 299,3 Sód [mg] 2 476,5 Błonnik pokarmowy [g] 40,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,1 suma cukrów prostych [g] 37,2
	MCTIPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 80 g (RYBA) MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, brokuł, marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bulka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 30 g (GLUTEN, SOJA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 109,6 Białko ogółem [g] 93,1 Tłuszcz [g] 49,8 Węglowodany ogółem [g] 348,9 Sód [mg] 1 922,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,2 suma cukrów prostych [g] 44,5

2026-07-08 środa	MCTIPZ - dieta z ogr. latw. przysw. węgli.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI b/c drobotarta (marchew, olej rzepakowy, sok z cytryny, ksylitol) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (MLEKO) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 60 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 2 109 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 75,2 Węglowodany ogółem [g] 283,6 Sód [mg] 2 979,3 Błonnik pokarmowy [g] 45,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,7 suma cukrów prostych [g] 21,4
	MCTIPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt BIANKA PIERS GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (SELER, GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt SZPINAK BABY 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 100 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g KALAFIOR GOTOWANY Z WODY Z KOPERKIEM (kalafior, koperek, olej rzepak.) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 100 g (MLEKO) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 2 030,4 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 48,1 Węglowodany ogółem [g] 320,2 Sód [mg] 2 193,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,8 suma cukrów prostych [g] 52,4
2026-07-09 czwartek	MCTIPZ - dieta z ogr. latw. przysw. węgli.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TOPIONY 50g 0,5 szt (MLEKO) SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 60 g HERBATA (250ml) 1 szt	SAŁATA Z POMIDOREM (pomidor, sałata, natka pietruszki, oliwa z oliwek) 100 g	ZUPA KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta biała, kielbasa wp., marchew, seler, pietruszka, przecier pomidorowy) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIESO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN, SELER) RYŻ WIELOZIARNISTY GOTOWANY (ryż brązowy, ryż biały) 200 g SURÓWKA COLESŁAW B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, ksylitol) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 50 g (SOJA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 096,1 Białko ogółem [g] 84,2 Tłuszcz [g] 85,7 Węglowodany ogółem [g] 262,7 Sód [mg] 4 415,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,8 suma cukrów prostych [g] 21,7

2026-07-09 czwartek	MCTIPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) MUS Z GRUSZKI 100 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SOS MIESNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 150 g (GLUTEN, SELER) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g MARCHEWKA BABY gotowana 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA DEBOWA (wp.) 50 g (SOJA) PIETRUSZKA GOTOWANA PŁASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 097,8 Białko ogółem [g] 78 Tłuszcz [g] 54,6 Węglowodany ogółem [g] 349,8 Sód [mg] 2 780,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,9 suma cukrów prostych [g] 54,4
	MCTIPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GORCZYCA) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 100 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA KOPENHASKA (kap. biała, sał. lodowa, ogórek kiszony, marchew, cebula, natka pietruszki, jogurt nat., musztarda) 200 g (MLEKO, GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (MLEKO) POMIDOR 60 g	CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 100 g	Energia [kcal] 1 997,2 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 60,6 Węglowodany ogółem [g] 289 Sód [mg] 2 914,7 Błonnik pokarmowy [g] 50,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,3 suma cukrów prostych [g] 20,9
	MCTIPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (OZI, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 100 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (MLEKO) MARCHEW GOTOWANA PŁASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 039,8 Białko ogółem [g] 87,3 Tłuszcz [g] 39,8 Węglowodany ogółem [g] 320,7 Sód [mg] 1 902,5 Błonnik pokarmowy [g] 31 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 14,3 suma cukrów prostych [g] 65,9
2026-07-11 sobota	MCTIPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) STEK WP. Z CEBULKĄ PIECZONY (łopatka wp., cebula, mąka pszenna) 100 g (JAJA) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g (MLEKO) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 028,5 Białko ogółem [g] 82,9 Tłuszcz [g] 70,7 Węglowodany ogółem [g] 277,3 Sód [mg] 3 887,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,8 suma cukrów prostych [g] 29,3

2026-07-11 sobota	MCTIPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 50 g (GLUTEN, SOJA) KETCHUP 20 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 1 997,7 Białko ogółem [g] 83,5 Tłuszcz [g] 46,2 Węglowodany ogółem [g] 320 Sód [mg] 3 264,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 15,3 suma cukrów prostych [g] 48,1
	MCTIPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 30 g (GLUTEN, SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 150 g MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 961,5 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 64,3 Węglowodany ogółem [g] 253,7 Sód [mg] 3 336 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3 suma cukrów prostych [g] 31,7
	MCTIPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (GLUTEN, SOJA) POMIDOR 50 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 150 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 15 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 153,6 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 57,8 Węglowodany ogółem [g] 310,7 Sód [mg] 2 931,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,6 suma cukrów prostych [g] 72,6