

Zestaw posiłków: P. san. łatwostrawna

8.09.2026

śniadanie	alergeny
Pasta z brokułów (50)	gorczyca, jaja, mleko
Polędwica drobiowa (40)	gluten
Pomidor (60)	
Rama (1szt)	
Roszpodka (5)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten, mleko
Marmolada (15)	
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Krupnik (450)	gluten, seler, soja
Schab pieczony (60)	
Fasolka szparagowa z wody (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Woda z cytryną (250)	
kolacja	alergeny
Pieczęń beskidzka (60)	gluten, jaja mleko
Twaróg (40)	
Pomidor (60)	
Rama (1szt)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Herbata ekspresowa (250ml)	
Posilek nocny: owoc (150)	
Wartość energetyczna: 2101 kcal Białka: 97,26 g Tłuszcze: 57,78 g Tłuszcze nasycone: 13,75 g Węglowodany: 257,77 g w tym cukry: 48,23 g Błonnik: 23,51 g Sód: 1,19 g	

9.09.2026

śniadanie	alergeny
Twaróg z rzodkiewką (40)	mleko
Szynka biała (40)	seler, soja
Pomidor (60)	
Rukola (5)	
Rama (1)	
Powidła śliwkowe (15g)	
Pieczywo mieszane (80)	gluten, mleko
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa koperkowa z ziemniakami (450)	gluten, seler, soja
Gulasz wegetariański dietetyczny (110)	mleko
Surówka wielowarzywna (150)	seler
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Makaron ze szpinakiem (260)	gluten, mleko, seler
Szynka na krajalnicę (40)	gluten
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Herbata ekspresowa (250ml)	
Posilek nocny: jabłko (1)	
Wartość energetyczna: 2104 kcal Białka: 75,23 g Tłuszcze: 48,71 g Tłuszcze nasycone: 14,92 g Węglowodany: 305,6 g w tym cukry: 77,31 g Błonnik: 35,84 g Sód: 1,67 g	

10.09.2026

śniadanie	alergeny
Jajko gotowane (1)	jaja
Szynka drobiowa (40)	gluten, mleko
Ogórek kiszony (60)	gorczyca
Salata zielona (5)	
Rama (1)	
Marmolada (15)	
Pieczywo mieszane (80)	gluten, mleko
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa prowansalska z kaszą jaglaną (450)	dwutlenek siarki i siarczany, seler
Piersz z kurczaka duszona w jarzynach (60g)	
Brokuły z wody (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Woda z cytryną (250)	
kolacja	alergeny
Salatka caprese (100)	mleko
Szynka biała (40)	seler, soja
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Herbata ekspresowa (250)	
Arbuz-posilek nocny (350)	
Wartość energetyczna: 2164 kcal Białka: 95,26 g Tłuszcze: 53,23 g Tłuszcze nasycone: 15,59 g Węglowodany: 259,65 g w tym cukry: 74,16 g Błonnik: 20,47 g Sód: 2,01 g	

11.09.2026

śniadanie	alergeny
Serek śmietankowy (40)	mleko
Polędwica drobiowa (40)	gluten
Pomidor (60)	
Roszpodka (5)	
Rama (1)	
Powidla śliwkowe (15g)	
Pieczywo mieszane (120g)	gluten, mleko
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa ryżowa z zielonym groszkiem (450)	seler, soja
Ryba gotowana (80g)	ryby, seler
Surówka z selera i jabłka (150)	mleko, seler
Sos śmietanowy (60)	gluten, gorczyca, mleko
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Pasta drobiowa (40)	jaja
Ser żółty (40)	mleko
Pomidor (60)	
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (120g)	gluten
Herbata ekspresowa (250ml)	
Posilek nocny: morela (1)	
Wartość energetyczna: 2058 kcal Białka: 89,84 g Tłuszcze: 57,32 g Tłuszcze nasycone: 28,27 g Węglowodany: 238,07 g w tym cukry: 50,51 g Błonnik: 21,92 g Sód: 1,97 g	

12.09.2026

śniadanie	alergeny
Pasta z fasolki szparagowej (50)	mleko
Szynka pieprzowa (40)	soja
Rukola (5)	
Pomidor (60)	
Marmolada (15g)	
Rama (1szt)	
Pieczywo mieszane (80)	gluten, mleko
Kawa mleczna (250ml)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa kalafiorowa z ziemniakami (450)	gluten, seler, soja
Rolada drobiowa z pieca (90)	gluten, jaja, seler
Ćwikła (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Woda z cytryną (250)	
kolacja	alergeny
Ser wiejski (1)	mleko
Kiełbasa krakowska (40)	
Rama (1)	
Pomidor (60)	
Pieczywo mieszane (80)	gluten, mleko
Herbata ekspresowa (250ml)	
Posilek nocny: nektarynka (1)	
Wartość energetyczna: 2398 kcal Białka: 113,2 g Tłuszcze: 56,51 g Tłuszcze nasycone: 19,32 g Węglowodany: 309,03 g w tym cukry: 84,7 g Błonnik: 25,57 g Sód: 1,83 g	

ul. Sanatoryjna 1111
43-450 Ustro?
NIP: 5482277894

Zestaw posiłków: P. san. łatwostrawna

13.09.2026

śniadanie	alergeny
Ser mozzarella (40)	mleko
Szynka pieprzowa (40)	soja
Pomidor (60)	
Roszonka (5)	
Rama (1szt)	
Pieczywo mieszane (80)	gluten, mleko
Kakao (250)	mleko
obiad	alergeny
Rosół z makaronem (450ml)	gluten, seler
Kurczak duszony w jarzynach (90)	seler
Surówka z marchwi i jabłka (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150g)	
Kompot (250ml)	
kolacja	alergeny
Jajko gotowane (1)	jaja
Szynka drobiowa (40)	gluten, mleko
Pomidor (60)	
Rama (1szt)	
Pieczywo mieszane (80)	gluten, mleko
Herbata ekspresowa (250ml)	
Posilek nocny: jabłko (1)	
Ciasto marchewkowe (60)	gluten, jaja

Wartość energetyczna: 2466 kcal
Białka: 107,95 g
Tłuszcze: 77,25 g
Tłuszcze nasycone: 21,79 g
Węglowodany: 267,99 g
w tym cukry: 76,22 g
Błonnik: 28,06 g
Sód: 1,98 g

14.09.2026

śniadanie	alergeny
Pasta z pieczonej ryby i papryki (50)	jaja, mleko, ryby
Serek śmietankowy (40)	mleko
Pomidor (60)	
Salata zielona (10g)	
Dżem (15g)	
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Kawa mleczna (250ml)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa jarzynowa (450)	seler, soja
Klopsik duszony (90)	gluten, jaja
Sos pomidorowy (60)	dwutlenek siarki i siarczany, gluten, mleko
Surówka z selera i jabłka (150)	mleko, seler
Kasza jęczmienna (150g)	gluten
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Płatki owsiane na mleku (200)	gluten, mleko
Polędwica drobiowa (40)	gluten
Pomidor (60)	
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Herbata ekspresowa (250ml)	
Posilek nocny: jabłko (1)	

Wartość energetyczna: 2332 kcal
Białka: 91,55 g
Tłuszcze: 72,31 g
Tłuszcze nasycone: 28,61 g
Węglowodany: 294,87 g
w tym cukry: 80,34 g
Błonnik: 29,21 g
Sód: 1,72 g

15.09.2026

śniadanie	alergeny
Jajko gotowane (1)	jaja
Szynka biała (40)	seler, soja
Pomidor (60)	
Rama (1szt)	
Salata zielona (5)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten, mleko
Marmolada (15)	
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa pomidorowa z makaronem (450)	dwutlenek siarki i siarczany, gluten, seler, soja
Schab pieczony (60g)	seler
Fasolka szparagowa z wody (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Woda z cytryną (250)	
kolacja	alergeny
Ser mozzarella (40)	mleko
Szynka "bianka" (40)	
Salata zielona (10g)	
Rama (1szt)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Herbata ekspresowa (250ml)	
Posilek nocny: mus owocowy (1)	

Wartość energetyczna: 2122 kcal
Białka: 91,99 g
Tłuszcze: 66,71 g
Tłuszcze nasycone: 19,7 g
Węglowodany: 244,04 g
w tym cukry: 56,83 g
Błonnik: 20,31 g
Sód: 1,87 g

16.09.2026

śniadanie	alergeny
Twaróg (40)	mleko
Szynka pieprzowa (40)	soja
Pomidor (60)	
Rama (1)	
Roszonka (5)	
Powidła śliwkowe (15g)	
Pieczywo mieszane (80)	gluten, mleko
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa koperkowa z ziemniakami (450)	gluten, seler, soja
Potrąwka chińska dietetyczna (130)	dwutlenek siarki i siarczany, seler
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Surówka z cukini (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Kluski na parze (2)	gluten, jaja, mleko
Szynka biała (40)	seler, soja
Pomidor (60)	
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Herbata ekspresowa (250ml)	
Posilek nocny: owoc (150)	

Wartość energetyczna: 2252 kcal
Białka: 93,39 g
Tłuszcze: 55,33 g
Tłuszcze nasycone: 14,97 g
Węglowodany: 308,76 g
w tym cukry: 54,26 g
Błonnik: 20,41 g
Sód: 1,59 g

17.09.2026

śniadanie	alergeny
Ser mozzarella (40)	mleko
Szynka "bianka" (40)	
Pomidor (60)	
Rukola (5)	
Rama (1)	
Marmolada (15)	
Pieczywo mieszane (80)	gluten, mleko
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa z dyni z zacierką (450)	gluten, jaja, seler, soja
Pierś z kurczaka duszona (60)	
Cukinia gotowana z tymiankiem (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Woda z cytryną (250)	
kolacja	alergeny
Salatka z brokułem (120)	gorczyca, jaja, mleko
Polędwica drobiowa (40)	gluten
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Herbata ekspresowa (250)	
Posilek nocny: jabłko (1)	

Wartość energetyczna: 2202 kcal
Białka: 93,96 g
Tłuszcze: 53,57 g
Tłuszcze nasycone: 17,05 g
Węglowodany: 260,7 g
w tym cukry: 67,43 g
Błonnik: 21,24 g
Sód: 1,67 g