

		1	3	4	5	6	7
		Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-10-21 środa	Podstawowa Nefrolux	Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) kajzerka 50g (1) papryka św.100g szynka konserwowa 50g (8) margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2)	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13) Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* ziemniaki gotowane 200g* surówka meksykańska z olejem 120g (3,11,13) Sos koperkowy 100g (1)		margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g rzodkiewka 100g Połędwica Ani 50g (8)^ mleko w kartoniku 200ml (2) 1 szt	śliwki 150g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 122,5 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 56,6 Węglowodany ogółem [g] 314,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 suma cukrów prostych [g] 76 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Sód [mg] 2 638,5
	Łatwostrawna Nefrolux	Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) kajzerka 50g (1) pomidor 100g szynka konserwowa 50g (8) margaryna rama 10g 1szt bułka wrocławska 70g (1)^ herbata bez cukru 250g kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2)	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* ziemniaki gotowane 200g* buraczki gotowane z olejem 120g Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13) Sos koperkowy 100g (1)		margaryna rama 10g 1szt kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1)^ herbata bez cukru 250g Połędwica Ani 50g (8)^ rukola 10g pomidor 90g^ mleko w kartoniku 200ml (2) 1 szt	mus warzywno-owocowy 100g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 200,9 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 54,9 Węglowodany ogółem [g] 333,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2 suma cukrów prostych [g] 67,4 Błonnik pokarmowy [g] 24 Sód [mg] 2 929,9
	Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów Nefrolux	herbata bez cukru 250g chleb graham 120g (1) papryka św.100g szynka konserwowa 50g (8) margaryna rama 10g 2szt. kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2) rukola 10g	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* ziemniaki gotowane 200g* surówka meksykańska z olejem 120g (3,11,13) Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13) śliwki 150g Sos koperkowy 100g (1)		margaryna rama 10g 2szt. chleb graham 100g(1) herbata bez cukru 250g Połędwica Ani 50g (8)^ rzodkiewka 100g mleko w kartoniku 200ml (2) 1 szt	kalarepa 100g^ herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 906,8 Białko ogółem [g] 78,9 Tłuszcz [g] 48,6 Węglowodany ogółem [g] 286,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,9 suma cukrów prostych [g] 63 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Sód [mg] 2 384,2
	Nerkowa Nefrologia Nefrolux	Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) kajzerka 50g (1) papryka św.100g szynka konserwowa 50g (8) margaryna rama 10g 1szt bułka wrocławska 70g (1)^ herbata bez cukru 250g kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2)	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* ziemniaki gotowane 200g* buraczki gotowane z olejem 120g Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13) Sos koperkowy 100g (1)		margaryna rama 10g 1szt kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1)^ herbata bez cukru 250g Połędwica Ani 50g (8)^ rzodkiewka 100g mleko w kartoniku 200ml (2) 1 szt	śliwki 100g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 186,1 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 55,4 Węglowodany ogółem [g] 332,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2 suma cukrów prostych [g] 65,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,5 Sód [mg] 2 931,9

2026-10-21 środa	Podstawowa ZOL Nefrolux	Płatki owsiane na mleku 350 ml ^(1,2) kajzerka 50g (1) papryka św.100g szynka konserwowa 50g (8) margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g kawa zbożowa bez cukru 250ml ^(1,2)	Jarzynowa z ziemniakami 400ml ^(1,2,8,13) Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* ziemniaki gotowane 200g* surówka meksykańska z olejem 120g (3,11,13) Sos koperkowy 100g (1)	Budyń czekoladowy 250ml ⁽²⁾	margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g rzodkiewka 100g Polędwica Ani 50g (8) [^] mleko w kartoniku 200ml (2) 1 szt	śliwki 150g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 359,1 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 61,6 Węglowodany ogółem [g] 353,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 suma cukrów prostych [g] 106,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Sód [mg] 2 751,7
	Podstawowa Nefrolux	Kasza kukurydziana na mleku 350g (2) kajzerka 50g (1) ogórek zielony 100g Polędwica Ani 50g (8) [^] margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g	krupnik 400ml (1,8,13) [^] filet z kurczaka duszony 110g w sosie wł. 80g (1,13) ziemniaki gotowane 200g Salatka z buraczków z oliwą 120 g Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*		chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) margaryna rama 10g 2szt. herbata bez cukru 250g rzodkiew biała z czarnuszką 100g [^] twaróg krajanka 50g(2) Kefir 150g(2) 1szt.	gruszka 1 szt.150g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 044,7 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 56,7 Węglowodany ogółem [g] 289,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,2 suma cukrów prostych [g] 63,5 Błonnik pokarmowy [g] 23 Sód [mg] 1 819
	Łatwostrawna Nefrolux	Kasza kukurydziana na mleku 350g (2) kajzerka 50g (1) pomidor 100g Polędwica Ani 50g (8) [^] margaryna rama 10g 1szt. bułka wrocławska 70g (1) [^] herbata bez cukru 250g	krupnik 400ml (1,8,13) [^] ziemniaki gotowane 200g Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* cukinia gotowana z olejem 120g filet z kurczaka duszony 110g w sosie wł 80ml (1,13) [^]		margaryna rama 10g 1szt. kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1) [^] herbata bez cukru 250g twaróg krajanka 50g(2) pomidor 90g [^] Kefir 150g(2) 1szt. roszponka 10g	jabłko deserowe 1szt. 153g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 089,1 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 53,1 Węglowodany ogółem [g] 305,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,1 suma cukrów prostych [g] 53,1 Błonnik pokarmowy [g] 18,3 Sód [mg] 1 986,8
	Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów Nefrolux	herbata bez cukru 250g chleb graham 120g (1) ogórek zielony 100g Polędwica Ani 50g (8) [^] margaryna rama 10g 2szt. kawa zbożowa bez cukru 250ml ^(1,2) szpinak 10g	krupnik 400ml (1,8,13) [^] Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* filet z kurczaka duszony 110g w sosie wł 80ml (1,13) [^] ziemniaki gotowane 200g Salatka z buraczków z oliwą 120 g gruszka 1 szt.150g		margaryna rama 10g 2szt. chleb graham 100g(1) herbata bez cukru 250g twaróg krajanka 50g(2) rzodkiew biała z czarnuszką 100g [^] Kefir 150g(2) 1szt.	herbata bez cukru 250g pomidorki koktajlowe 100g [^]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 942,8 Białko ogółem [g] 94,2 Tłuszcz [g] 55,2 Węglowodany ogółem [g] 267,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 suma cukrów prostych [g] 61,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 Sód [mg] 1 677,9
	Nerkowa Nefrolux	Kasza kukurydziana na mleku 350g (2) kajzerka 50g (1) ogórek zielony 100g Polędwica Ani 50g (8) [^] margaryna rama 10g 1szt. bułka wrocławska 70g (1) [^] herbata bez cukru 250g	krupnik 400ml (1,8,13) [^] Ryz biały gotowany 200g* Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* cukinia gotowana z olejem 120g filet z kurczaka duszony 110g w sosie wł 80ml (1,13) [^]		margaryna rama 10g 1szt. kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1) [^] herbata bez cukru 250g twaróg krajanka 50g(2) rzodkiew biała z czarnuszką 100g [^] Kefir 150g(2) 1szt.	gruszka 1 szt.150g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 152,9 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 53,7 Węglowodany ogółem [g] 317,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,2 suma cukrów prostych [g] 57,3 Błonnik pokarmowy [g] 15,8 Sód [mg] 1 986,4

2026-10-22 czwartek	Podstawowa ZOL Nefrolux	Kasza kukurydziana na mleku 350g (2) kajzerka 50g (1) ogórek zielony 100g Połudwica Ani 50g (8)^ margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g	krupnik 400ml (1,8,13)^ filet z kurczaka duszony 110g w sosie wł. 80g (1,13) ziemniaki gotowane 200g Sałatka z buraczków z oliwą 120 g Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*	ciastka suche 100g (1,2,3)	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) margaryna rama 10g 2szt. herbata bez cukru 250g rzodkiew biała z czarnuszką 100g^ twaróg krajanka 50g(2) Kefir 150g(2) 1szt.	gruszka 1 szt. 150g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 455,7 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 343,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 suma cukrów prostych [g] 92 Błonnik pokarmowy [g] 23 Sód [mg] 1 819
	Podstawowa Nefrolux	kasza manna na mleku 350ml (1,2) kajzerka 50g (1) jabłko deserowe 1szt. 153g serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2) margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g kakao bez cukru 250ml (2) Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3)	Pomidorowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^ Potrawka z ryby 150g (1,4,13) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* ziemniaki gotowane 200g surówka z kap. pekińskiej z olejem 120g		margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g Sałata zielona 30 g pasta jajeczna z nasionami słonecznika 60g (3,13,11)^ pomidorki koktajlowe 70g^ jogurt naturalny 100g (2) 1szt	pomarańcza 1 szt. 150g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 496,6 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 73,2 Węglowodany ogółem [g] 359,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 suma cukrów prostych [g] 109,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 Sód [mg] 3 640,5
	Łatwostrawna Nefrolux	kasza manna na mleku 350ml (1,2) kajzerka 50g (1) jabłko deserowe 1szt. 153g serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2) margaryna rama 10g 1szt bułka wrocławska 70g (1)^ herbata bez cukru 250g kakao bez cukru 250ml (2) Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3)	Pomidorowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^ Potrawka z ryby 150g (1,4,13) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* bukiet warzyw królewski parowany z olejem 120g ziemniaki gotowane 200g		margaryna rama 10g 1szt kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1)^ herbata bez cukru 250g pasta jajeczna z nasionami słonecznika 60g (3,13,11)^ Sałata zielona 30 g pomidorki koktajlowe 70g^ jogurt naturalny 100g (2) 1szt	Banan 1 szt 200g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 688,9 Białko ogółem [g] 110,7 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 412,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 suma cukrów prostych [g] 126,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 Sód [mg] 3 915,3
	Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów Nefrolux	herbata bez cukru 250g chleb graham 120g (1) jabłko deserowe 1szt. 153g serek homo naturalny 50g (2)^ margaryna rama 10g 2szt. kakao bez cukru 250ml (2) roszponka 10g bułka grahamka 50g(1)	Pomidorowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^ Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* Potrawka z ryby 150g (1,4,13) ziemniaki gotowane 200g surówka z kap. pekińskiej z olejem 120g pomarańcza 1 szt. 150g		margaryna rama 10g 2szt. chleb graham 100g(1) herbata bez cukru 250g pasta jajeczna z nasionami słonecznika 60g (3,13,11)^ Sałata zielona 30 g pomidorki koktajlowe 70g^ jogurt naturalny 100g (2) 1szt	herbata bez cukru 250g ogórek zielony słupki 100g^	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 272,4 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 63,8 Węglowodany ogółem [g] 335,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 suma cukrów prostych [g] 72,6 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 Sód [mg] 3 452,1
	Nerkowa Nefrologia Nefrolux	kasza manna na mleku 350ml (1,2) kajzerka 50g (1) jabłko deserowe 1szt. 153g serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2) margaryna rama 10g 1szt bułka wrocławska 70g (1)^ herbata bez cukru 250g kakao bez cukru 250ml (2) Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3)	ziemniaczana 400ml (1,2,8,13)^ Potrawka z ryby 150g (1,4,13) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* bukiet warzyw królewski parowany z olejem 120g kasza bulgur gotowana 200g (1)		margaryna rama 10g 1szt kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1)^ herbata bez cukru 250g pasta jajeczna z nasionami słonecznika 60g (3,13,11)^ Sałata zielona 30 g jogurt naturalny 100g (2) 1szt	pomarańcza 1 szt. 150g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 723,6 Białko ogółem [g] 115 Tłuszcz [g] 80,5 Węglowodany ogółem [g] 389,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 suma cukrów prostych [g] 95,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Sód [mg] 3 898

2026-10-23 piątek	Podstawowa ZOL Nefrolux	kasza manna na mleku 350ml (1,2) kajzerka 50g (1) jabłko deserowe 1szt. 153g serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2) margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g kakao bez cukru 250ml (2) Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3)	Pomidorowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^ Potrawka z ryby 150g (1,4,13) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* ziemniaki gotowane 200g surówka z kap. pekińskiej z olejem 120g	Mus warzywno-owocowy 100g*	margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g Salata zielona 30 g pasta jajeczna z nasionami słonecznika 60g (3,13,11)^ pomidorki koktajlowe 70g^ jogurt naturalny 100g (2) 1szt	pomarańcza 1 szt. 150g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 575,6 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 73,3 Węglowodany ogółem [g] 376,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 suma cukrów prostych [g] 121,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,5 Sód [mg] 3 640,5
	Podstawowa Nefrolux	Ryż na mleku 350 ml*(2) kajzerka 50g (1) rzodkiewka 100g salceson drobiowy 50g (8,11,13)^ margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13) gulasz po cygańsku 150g (1,11,13) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* brokuły gotowane z olejem 120 g Kasza gryczana gotowana 200 g		margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g papryka kons. 100g(11) Ser topiony 50g* (2) Kefir 150g(2) 1szt.	jabłko deserowe 1szt. 153g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 392,1 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 86,2 Węglowodany ogółem [g] 272,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 suma cukrów prostych [g] 47 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Sód [mg] 2 519,3
	Łatwostrawna Nefrolux	Ryż na mleku 350 ml*(2) kajzerka 50g (1) rukola 10g Polędwica Ani 50g (8)^ margaryna rama 10g 1szt bułka wrocławska 70g (1)^ herbata bez cukru 250g pomidor 90g^	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* gulasz z indyka 120g (1,13) brokuły gotowane z olejem 120 g Kasza jęczmienna 200g gotowana (1)		margaryna rama 10g 1szt kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1)^ herbata bez cukru 250g twarożek z koperkiem i czarnuszką 60g (2)^ pomidor 100g Kefir 150g(2) 1szt.	mus warzywno-owocowy 100g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 974,7 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 47,7 Węglowodany ogółem [g] 299,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 suma cukrów prostych [g] 50,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,5 Sód [mg] 1 925,4
	Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów Nefrolux	herbata bez cukru 250g chleb graham 120g (1) rzodkiewka 100g Polędwica Ani 50g (8)^ margaryna rama 10g 2szt. kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2) rukola 10g	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* gulasz z indyka 120g (1,13) brokuły gotowane z olejem 120 g Kasza gryczana gotowana 200 g jabłko deserowe 1szt. 153g		margaryna rama 10g 2szt. chleb graham 100g(1) herbata bez cukru 250g twarożek z koperkiem i czarnuszką 60g (2)^ papryka kons. 100g(11) Kefir 150g(2) 1szt.	herbata bez cukru 250g marchew súpki 100g^	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 009,6 Białko ogółem [g] 89,4 Tłuszcz [g] 53,7 Węglowodany ogółem [g] 255,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,2 suma cukrów prostych [g] 48,1 Błonnik pokarmowy [g] 35 Sód [mg] 1 905,5
	Nerkowa Nefrolux	Ryż na mleku 350 ml*(2) kajzerka 50g (1) Polędwica Ani 50g (8)^ margaryna rama 10g 1szt bułka wrocławska 70g (1)^ herbata bez cukru 250g rzodkiewka 100g	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* gulasz z indyka 120g (1,13) brokuły gotowane z olejem 120 g makaron gotowany 200g (1,3)		margaryna rama 10g 1szt kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1)^ herbata bez cukru 250g twarożek z koperkiem i czarnuszką 60g (2)^ papryka św.100g Kefir 150g(2) 1szt.	jabłko deserowe 1szt. 153g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 291 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 59,9 Węglowodany ogółem [g] 347,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 suma cukrów prostych [g] 54 Błonnik pokarmowy [g] 23,2 Sód [mg] 1 940,5

2026-10-24 sobota	Podstawowa ZOL Nefrolux	Ryż na mleku 350 ml*(2) kajzerka 50g (1) rzodkiewka 100g salceson drobiowy 50g (8,11,13)^ margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13) gulasz po cygańsku 150g (1,11,13) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* brokuły gotowane z olejem 120 g Kasza gryczana gotowana 200 g	Wafle ryżowe 20g(9)	margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g papryka kons. 100g(11) Ser topiony 50g* (2) Kefir 150g(2) 1szt.	jabłko deserowe 1szt. 153g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 470,1 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 86,8 Węglowodany ogółem [g] 288,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 suma cukrów prostych [g] 47 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Sód [mg] 2 519,3
	Podstawowa Nefrolux	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) kajzerka 50g (1) pomidor 100g jajecznica parowana 100g (2,3) margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) nasiona słonecznika 5g herbata bez cukru 250ml*	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^ bitka schabowa duszona 110g w sosie własnym 100g (1,13)^ Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* ziemniaki gotowane 200g* Surówka z czerwonej kapusty z olejem 120 g		herbata bez cukru 250g margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) ogórek kiszony 100g Filet królewski z indyka 50g^ jogurt naturalny 100g (2) 1szt	mandarynka 1 szt. 80g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 462,2 Białko ogółem [g] 111,7 Tłuszcz [g] 90,6 Węglowodany ogółem [g] 285,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4 suma cukrów prostych [g] 54,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 Sód [mg] 3 622,1
	Łatwostrawna Nefrolux	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) kajzerka 50g (1) pomidor 100g Parówka gotowana 1szt-60g (1,2,3,8,11,13) margaryna rama 10g 1szt bułka wrocławska 70g (1)^ Ketchup 1szt (1,13) herbata bez cukru 250ml*	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^ ziemniaki gotowane 200g* Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* buraczki gotowane z olejem 120g bitka schabowa duszona 110g w sosie własnym 100g (1,13)^		herbata bez cukru 250g margaryna rama 10g 1szt kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1)^ Filet królewski z indyka 50g^ Sałata zielona 30 g pomidorki koktajlowe 70g^ jogurt naturalny 100g (2) 1szt	jabłko deserowe 1szt. 153g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 394,5 Białko ogółem [g] 107,7 Tłuszcz [g] 80,3 Węglowodany ogółem [g] 318,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 suma cukrów prostych [g] 57,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,6 Sód [mg] 3 294,4
	Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów Nefrolux	herbata bez cukru 250g chleb graham 120g (1) pomidor 100g Parówka gotowana 1szt-60g (1,2,3,8,11,13) margaryna rama 10g 2szt. Ketchup 1szt (1,13) szpinak 10g	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^ Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* bitka schabowa duszona 110g w sosie własnym 100g (1,13)^ ziemniaki gotowane 200g* Surówka z czerwonej kapusty z olejem 120 g mandarynka 1 szt. 80g		margaryna rama 10g 2szt. chleb graham 100g(1) herbata bez cukru 250g Filet królewski z indyka 50g^ ogórek kiszony 100g jogurt naturalny 100g (2) 1szt	herbata bez cukru 250g kalarepa 100g^	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 048,6 Białko ogółem [g] 88,1 Tłuszcz [g] 74,1 Węglowodany ogółem [g] 253,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 suma cukrów prostych [g] 41,8 Błonnik pokarmowy [g] 28 Sód [mg] 3 440,8
	Nerkowa Nefrolux	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) kajzerka 50g (1) rzodkiewka 100g parówka z fileta indyka 1szt. margaryna rama 10g 1szt bułka wrocławska 70g (1)^ Ketchup 1szt (1,13) herbata bez cukru 250ml*	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^ kasza kuskus 200g (1) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* buraczki gotowane z olejem 120g bitka schabowa duszona 110g w sosie własnym 100g (1,13)^		herbata bez cukru 250g margaryna rama 10g 1szt kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1)^ herbata bez cukru 250g Filet królewski z indyka 50g^ ogórek zielony 100g jogurt naturalny 100g (2) 1szt	mandarynka 1 szt. 80g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 265,8 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 80,4 Węglowodany ogółem [g] 286,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 suma cukrów prostych [g] 48,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 Sód [mg] 3 288,6

2026-10-25 niedziela	Podstawowa ZOL Nefrolux	Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) kajzerka 50g (1) pomidor 100g jajecznicza parowana 100g (2,3) margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) nasiona słonecznika 5g herbata bez cukru 250ml*	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^ bitka schabowa duszona 110g w sosie własnym 100g (1,13)^ Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* ziemniaki gotowane 200g* Surówka z czerwonej kapusty z olejem 120 g	Wafel skawa 20g.(1,2,6,7)	herbata bez cukru 250g margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) ogórek kiszony 100g Filet królewski z indyka 50g^ jogurt naturalny 100g (2) 1szt	mandarynka 1 szt. 80g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 565,2 Białko ogółem [g] 112,9 Tłuszcz [g] 96 Węglowodany ogółem [g] 298,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 62,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 Sód [mg] 3 622,1
	Podstawowa Nefrolux	Kasza kukurydziana na mleku 350g (2) kajzerka 50g (1) papryka św.100g szynka konserwowa 50g (8) margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2)	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^ Łazanki z kapustą kisz. i mięsem.300g*(1,3,13) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* Salata zielona z sosem winegret 120g		margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g pomidor 100g pasta z sera białego i brokuła 60g (2)^ Kefir 150g(2) 1szt.	mus warzywno-owocowy 100g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 546,5 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 77,5 Węglowodany ogółem [g] 353,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 suma cukrów prostych [g] 64 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Sód [mg] 2 803,4
	Łatwostrawna Nefrolux	Kasza kukurydziana na mleku 350g (2) kajzerka 50g (1) pomidor 100g szynka konserwowa 50g (8) margaryna rama 10g 1szt. bułka wrocławska 70g (1)^ herbata bez cukru 250g kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2)	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^ Makaron gotowany z sosem mięsno-pomidor.350g (1) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* Salata zielona z sosem winegret 120g		margaryna rama 10g 1szt kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1)^ herbata bez cukru 250g pasta z sera białego i brokuła 60g (2)^ rozszponka 10g pomidor 90g^ Kefir 150g(2) 1szt.	mus warzywno-owocowy 100g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 388,8 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 65,8 Węglowodany ogółem [g] 349,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 suma cukrów prostych [g] 65,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,7 Sód [mg] 2 442,7
	Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów Nefrolux	herbata bez cukru 250g chleb graham 120g (1) papryka św.100g szynka konserwowa 50g (8) margaryna rama 10g 2szt. kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2) rozszponka 10g	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^ Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 350g (1,2,13) Salata zielona z sosem winegret 120g Grejfrut 1/2 szt 200g		margaryna rama 10g 2szt. chleb graham 100g(1) herbata bez cukru 250g pasta z sera białego i brokuła 60g (2)^ pomidor 100g Kefir 150g(2) 1szt.	herbata bez cukru 250g ogórek zielony słupki 100g^	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 266 Białko ogółem [g] 104,8 Tłuszcz [g] 61,5 Węglowodany ogółem [g] 324,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 suma cukrów prostych [g] 60,2 Błonnik pokarmowy [g] 35 Sód [mg] 2 041,1
	Nerkowa Nefrologia Nefrolux	Kasza kukurydziana na mleku 350g (2) kajzerka 50g (1) papryka św.100g szynka konserwowa 50g (8) margaryna rama 10g 1szt bułka wrocławska 70g (1)^ herbata bez cukru 250g kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2)	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^ Makaron z mięsem drobiowym i szpinakiem 400g (1,2,13) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* Salata zielona z sosem winegret 120g		margaryna rama 10g 1szt kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1)^ herbata bez cukru 250g pasta z sera białego i brokuła 60g (2)^ kalarepa 100g^ Kefir 150g(2) 1szt.	mus warzywno-owocowy 100g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 585,1 Białko ogółem [g] 123,5 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 354,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 suma cukrów prostych [g] 65,8 Błonnik pokarmowy [g] 24 Sód [mg] 2 514,4

2026-10-26 poniedziałek	Podstawowa ZOL Nefrolux	Kasza kukurydziana na mleku 350g (2) kajzerka 50g (1) papryka św.100g szynka konserwowa 50g (8) margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2)	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) [^] Łazanki z kapustą kisz. i mięsem.300g*(1,3,13) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* Salata zielona z sosem winegret 120g	sok owocowy 100% 200ml. 1szt.	margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g pomidor 100g pasta z sera białego i brokuła 60g (2) [^] Kefir 150g(2) 1szt.	mus warzywno-owocowy 100g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 591,5 Białko ogółem [g] 111,7 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 363,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 suma cukrów prostych [g] 73,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Sód [mg] 2 805,4
	Podstawowa Nefrolux	Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) kajzerka 50g (1) ogórek konserwowy 100g* ser żółty 50g(2) [^] margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] udko pieczone 1 por [^] Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* ziemniaki gotowane 200g* mizéria z jogurtem 120g (2) nasiona słonecznika 5g		chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g rzodkiewka 100g Paprykarz 60g(4,8) margaryna rama 10g 2szt. mleko w kartoniku 200ml (2) 1 szt	Banan 1 szt 200g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 164,5 Białko ogółem [g] 93,2 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 284,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 suma cukrów prostych [g] 77,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 Sód [mg] 2 864,2
	Łatwostrawna Nefrolux	Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) kajzerka 50g (1) pomidor 100g Szynka śniadaniowa 50g [^] margaryna rama 10g 1szt bułka wrocławska 70g (1) [^] herbata bez cukru 250g	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] udko gotowane 1 por [^] Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* ziemniaki gotowane 200g* sałatka z selera z jabłkiem z olejem 120g (13) Sos jarzynowy 100g* (1,2,13)		margaryna rama 10g 1szt kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1) [^] herbata bez cukru 250g pasta rybna z twarogiem i nasionami słonecznika 60g (2,4) [^] pomidor 90g [^] mleko w kartoniku 200ml (2) 1 szt rukola 10g	Banan 1 szt 200g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 235,2 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 65,7 Węglowodany ogółem [g] 327 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 suma cukrów prostych [g] 84,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 Sód [mg] 2 155,8
	Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów Nefrolux	herbata bez cukru 250g chleb graham 120g (1) ogórek konserwowy 100g* ser żółty 50g(2) [^] margaryna rama 10g 2szt. kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2) rukola 10g	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* udko gotowane 1 por [^] ziemniaki gotowane 200g* mizéria z jogurtem 120g (2) kiwi 1szt. 80g nasiona słonecznika 5g Sos jarzynowy 100g* (1,2,13)		margaryna rama 10g 2szt. chleb graham 100g(1) herbata bez cukru 250g Paprykarz 60g(4,8) rzodkiewka 100g mleko w kartoniku 200ml (2) 1 szt	marchew słupek 100g [^] herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 982,3 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 74,1 Węglowodany ogółem [g] 241,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 suma cukrów prostych [g] 48,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Sód [mg] 2 808,2
	Nerkowa Nefrolux	Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) kajzerka 50g (1) ogórek zielony 100g Szynka śniadaniowa 50g [^] margaryna rama 10g 1szt bułka wrocławska 70g (1) [^] herbata bez cukru 250g	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] udko pieczone 1 por [^] Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* kasza kuskus 200g (1) sałatka z selera z jabłkiem z olejem 120g (13) Sos jarzynowy 100g* (1,2,13)		margaryna rama 10g 1szt kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1) [^] herbata bez cukru 250g pasta rybna z twarogiem i nasionami słonecznika 60g (2,4) [^] rzodkiewka 100g mleko w kartoniku 200ml (2) 1 szt	jabłko deserowe 1szt. 153g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 029,8 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 66,1 Węglowodany ogółem [g] 275,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8 suma cukrów prostych [g] 58,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Sód [mg] 2 152,4

2026-10-27 wtorek	Podstawowa ZOL Nefrolux	Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) kajzerka 50g (1) ogórek konserwowy 100g* ser żółty 50g(2)^ margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^ udko pieczone 1 por^ Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* ziemniaki gotowane 200g* mizeria z jogurtem 120g (2) nasiona słonecznika 5g	galaretka 200g^	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g rzodkiewka 100g Paprykarz 60g(4,8) margaryna rama 10g 2szt. mleko w kartoniku 200ml (2) 1 szt	Banan 1 szt 200g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 244,5 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 303,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 suma cukrów prostych [g] 77,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 Sód [mg] 2 864,2
	Podstawowa Nefrolux	kasza manna na mleku 350ml (1,2) kajzerka 50g (1) pomidor 100g Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3) margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g Kawa zbożowa bez cukru 250ml* (1,2)	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^ Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml* surówka z marchewki z ananasem i nasionami słonecznika 120g^ ryż z jabłkami 300g^		margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g ogórek zielony 100g Polędwica Ani 50g (8)^ Kefir 150g(2) 1szt.	śliwki 100g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 477,2 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 65,5 Węglowodany ogółem [g] 379,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 suma cukrów prostych [g] 89,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 Sód [mg] 1 963,2
	Łatwostrawna Nefrolux	kasza manna na mleku 350ml (1,2) kajzerka 50g (1) szpinak 10g Filet królewski z indyka 50g^ margaryna rama 10g 1szt. bułka wrocławska 70g (1)^ herbata bez cukru 250g Kawa zbożowa bez cukru 250ml* (1,2) pomidor 90g^	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13) ryż z jabłkami 300g^ Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml* Salata zielona z sosem winegret 120g		margaryna rama 10g 1szt. kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1)^ herbata bez cukru 250g Polędwica Ani 50g (8)^ pomidor 100g Kefir 150g(2) 1szt.	jabłko deserowe 1szt. 153g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 381,4 Białko ogółem [g] 83,1 Tłuszcz [g] 68,4 Węglowodany ogółem [g] 364,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 suma cukrów prostych [g] 82,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,1 Sód [mg] 2 067,4
	Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów Nefrolux	herbata bez cukru 250g chleb graham 120g (1) pomidor 100g Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3) margaryna rama 10g 2szt. kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2) szpinak 10g	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^ Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* ryż brązowy z jabłkami 300g^ surówka z marchewki z ananasem i nasionami słonecznika 120g^ śliwki 100g		margaryna rama 10g 2szt. chleb graham 100g(1) herbata bez cukru 250g Polędwica Ani 50g (8)^ ogórek zielony 100g Kefir 150g(2) 1szt.	herbata bez cukru 250g papryka słupki 100g^	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 094,9 Białko ogółem [g] 75,9 Tłuszcz [g] 60,5 Węglowodany ogółem [g] 309,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 suma cukrów prostych [g] 78,6 Błonnik pokarmowy [g] 41,6 Sód [mg] 1 713
	Nerkowa Nefrolux	kasza manna na mleku 350ml (1,2) kajzerka 50g (1) Filet królewski z indyka 50g^ margaryna rama 10g 1szt. bułka wrocławska 70g (1)^ herbata bez cukru 250g Kawa zbożowa bez cukru 250ml* (1,2) papryka św.100g	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13) ryż z jabłkami 300g^ Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml* Salata zielona z sosem winegret 120g		margaryna rama 10g 1szt. kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1)^ herbata bez cukru 250g Polędwica Ani 50g (8)^ ogórek zielony 100g Kefir 150g(2) 1szt.	śliwki 100g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 359,6 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 68,3 Węglowodany ogółem [g] 358,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 suma cukrów prostych [g] 77 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 Sód [mg] 2 064,3

2026-10-28 środa	Podstawowa ZOL Nefrolux	kasza manna na mleku 350ml (1,2) kajzerka 50g (1) pomidor 100g Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3) margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g Kawa zbożowa bez cukru 250ml* (1,2)	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13) ^A Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml* surówka z marchewki z ananasem i nasionami słonecznika 120g ^A ryż z jabłkami 300g ^A	biskopki 30g (1,2,3)	margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g ogórek zielony 100g Polędwica Ani 50g (8) ^A Kefir 150g(2) 1szt.	śliwki 100g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 590 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 66,9 Węglowodany ogółem [g] 400,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 suma cukrów prostych [g] 89,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Sód [mg] 1 963,2
	Podstawowa Nefrolux	herbata bez cukru 250g Kasza kukurydziana na mleku 350g (2) kajzerka 50g (1) ogórek konserwowy 100g* pasta z sera topionego i wędliny 60g (1,2,3) margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1)	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) ^A kotlet schabowy smażony 110g (1,3) ziemniaki gotowane 200g Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* surówka z kap. pekińskiej z olejem 120g		margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13) rzodkiew biała z czarnuszką 100g ^A jogurt naturalny 100g (2) 1szt	mandarynka 1 szt. 80g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 099,1 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 62,9 Węglowodany ogółem [g] 290,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5 suma cukrów prostych [g] 60,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,9 Sód [mg] 2 473
	Łatwostrawna Nefrolux	herbata bez cukru 250g Kasza kukurydziana na mleku 350g (2) kajzerka 50g (1) pomidor 100g twarożek 50g(2) ^A margaryna rama 10g 1szt. bułka wrocławska 70g (1) ^A	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) ^A filet z kurczaka gotowany 110g ziemniaki gotowane 200g Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* marchew gotowana z olejem 120g ^A Sos pietruszkowy 100g (1)		margaryna rama 10g 1szt. kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1) ^A herbata bez cukru 250g Sałata 10g Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13) jogurt naturalny 100g (2) 1szt. pomidor 90g ^A	Banan 1 szt 200g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 305,6 Białko ogółem [g] 116,7 Tłuszcz [g] 55,3 Węglowodany ogółem [g] 344 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8 suma cukrów prostych [g] 81,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 Sód [mg] 2 143,1
	Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów Nefrolux	herbata bez cukru 250g chleb graham 120g (1) ogórek konserwowy 100g* twarożek 50g(2) ^A margaryna rama 10g 2szt. kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2) roszponka 10g	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) ^A filet z kurczaka gotowany 110g ziemniaki gotowane 200g Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* surówka z kap. pekińskiej z olejem 120g Sos pietruszkowy 100g (1) mandarynka 1 szt. 80g		margaryna rama 10g 2szt. chleb graham 100g(1) herbata bez cukru 250g Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13) rzodkiew biała z czarnuszką 100g ^A jogurt naturalny 100g (2) 1szt	tomatorki koktajlowe 100g ^A herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 904,7 Białko ogółem [g] 104,4 Tłuszcz [g] 47,2 Węglowodany ogółem [g] 262,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,9 suma cukrów prostych [g] 59,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Sód [mg] 2 061,8
	Nerkowa Nefrolux	herbata bez cukru 250g Kasza kukurydziana na mleku 350g (2) kajzerka 50g (1) kalarepa 100g ^A twarożek 50g(2) ^A margaryna rama 10g 1szt. bułka wrocławska 70g (1) ^A	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) ^A filet z kurczaka gotowany 110g Kasza jęczmienna 200g*(1) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* marchew gotowana z olejem 120g ^A Sos pietruszkowy 100g (1)		margaryna rama 10g 1szt. kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1) ^A herbata bez cukru 250g Sałata 10g Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13) jogurt naturalny 100g (2) 1szt. Rzodkiew biała 100g	mandarynka 1 szt. 80g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 053,9 Białko ogółem [g] 114,6 Tłuszcz [g] 55,3 Węglowodany ogółem [g] 282,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,7 suma cukrów prostych [g] 52,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 Sód [mg] 2 141,3

2026-10-29 czwartek	Podstawowa ZOL Nefrolux	herbata bez cukru 250g Kasza kukurydziana na mleku 350g (2) kajzerka 50g (1) ogórek konserwowy 100g* pasta z sera topionego i wędliny 60g (1,2,3) margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1)	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^ kotlet schabowy smażony 110g (1,3) ziemniaki gotowane 200g Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* surówka z kap. pekińskiej z olejem 120g	Budyń czekoladowy 250ml*(2)	margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13) rzodkiew biała z czarnuszką 100g^ jogurt naturalny 100g (2) 1szt	mandarynka 1 szt. 80g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 335,7 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 67,9 Węglowodany ogółem [g] 329,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 suma cukrów prostych [g] 90,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,9 Sód [mg] 2 586,2
	Podstawowa Nefrolux	kakao bez cukru 250ml (2) Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2) kajzerka 50g (1) jabłko deserowe 1szt. 153g twaróg krajanka 25g (2)^ margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g miód 1 szt.(25g)	pomidorowa z zacierką 400ml (1,2,3,13)^ ziemniaki gotowane 200g Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* Surówka z kapusty kisz z olejem 120g^ jajko gotowane na twardo w sosie chrzanowym 1szt. (1,2,3)		margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g pasta rybna z twarogiem i nasionami słonecznika 60g (2,4)^ rzodkiewka 100g Kefir 150g(2) 1szt.	gruszka 1 szt.150g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 363,6 Białko ogółem [g] 84,3 Tłuszcz [g] 67,7 Węglowodany ogółem [g] 352,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 suma cukrów prostych [g] 113,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 Sód [mg] 1 949,4
	Łatwostrawna Nefrolux	kakao bez cukru 250ml (2) Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2) kajzerka 50g (1) jabłko deserowe 1szt. 153g twaróg krajanka 25g (2)^ margaryna rama 10g 1szt bułka wrocławska 70g (1)^ herbata bez cukru 250g miód 1 szt.(25g)	pomidorowa z zacierką 400ml (1,2,3,13)^ ziemniaki gotowane 200g Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* cukinia gotowana z olejem 120g Jajko gotowane na twardo w sosie koperkowym 1 szt (1,2,3)		margaryna rama 10g 1szt kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1)^ herbata bez cukru 250g pasta rybna z twarogiem i nasionami słonecznika 60g (2,4)^ pomidor 100g Kefir 150g(2) 1szt.	mus warzywno-owocowy 100g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 473,2 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 76,4 Węglowodany ogółem [g] 355,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 94,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,2 Sód [mg] 2 194,8
	Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów Nefrolux	herbata bez cukru 250g chleb graham 120g (1) jabłko deserowe 1szt. 153g serek homo.nat. 1 szt. 120g (2) margaryna rama 10g 2szt. kakao bez cukru 250ml (2) rukola 10g herbata bez cukru 250g	pomidorowa z zacierką 400ml (1,2,3,13)^ Jajko gotowane na twardo w sosie koperkowym 1 szt (1,2,3) ziemniaki gotowane 200g Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* Surówka z kapusty kisz z olejem 120g^ gruszka 1 szt.150g		margaryna rama 10g 2szt. chleb graham 100g(1) herbata bez cukru 250g pasta rybna z twarogiem i nasionami słonecznika 60g (2,4)^ rzodkiewka 100g Kefir 150g(2) 1szt.	marchew súpki 100g^ herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 200,6 Białko ogółem [g] 83,2 Tłuszcz [g] 64,9 Węglowodany ogółem [g] 316,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 suma cukrów prostych [g] 94,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,8 Sód [mg] 1 790,4
	Nerkowa Nefrolux	kakao bez cukru 250ml (2) Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2) kajzerka 50g (1) jabłko deserowe 1szt. 153g twaróg krajanka 25g (2)^ margaryna rama 10g 1szt bułka wrocławska 70g (1)^ herbata bez cukru 250g	ryżowa 400ml (13)^ kasza bulgur gotowana 200g (1) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* cukinia gotowana z olejem 120g Jajko gotowane na twardo w sosie koperkowym 1 szt (1,2,3)		margaryna rama 10g 1szt kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1)^ herbata bez cukru 250g pasta rybna z twarogiem i nasionami słonecznika 60g (2,4)^ rzodkiewka 100g Kefir 150g(2) 1szt.	gruszka 1 szt.150g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 420 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 71,4 Węglowodany ogółem [g] 350 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 suma cukrów prostych [g] 79 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Sód [mg] 2 574,1

2026-10-30 piątek	Podstawowa ZOL Nefrolux	kakao bez cukru 250ml (2) Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2) kajzerka 50g (1) jabłko deserowe 1szt. 153g twaróg krajanka 25g (2)^ margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g miód 1 szt.(25g)	pomidorowa z zacierką 400ml (1,2,3,13)^ ziemniaki gotowane 200g Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* Surówka z kapusty kisz z olejem 120g^ jajko gotowane na twardo w sosie chrzanowym 1szt. (1,2,3)	Wafel Grzesiek w czekoladzie 1 szt.	margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g pasta rybna z twarogiem i nasionami słonecznika 60g (2,4)^ rzodkiewka 100g Kefir 150g(2) 1szt.	gruszka 1 szt. 150g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 551,2 Białko ogółem [g] 87,3 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 374,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 125,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 Sód [mg] 1 989,4
	Podstawowa Nefrolux	herbata bez cukru 250g Ryż na mleku 350 ml*(2) kajzerka 50g (1) ogórek zielony 100g Polędwica Ani 50g (8)^ margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1)	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^ Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* sałatka z buraków gotowanych z olejem 120g (3,11,13) gulasz z żółdków gotowanych 120g (1,13) Kasza gryczana gotowana 200 g		margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g Pasta z fasoli 60g Sałata zielona 30 g pomidorki koktajlowe 70g^ jogurt naturalny 100g (2) 1szt	pomarańcza 1 szt. 150g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 287,4 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 59,7 Węglowodany ogółem [g] 307,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 suma cukrów prostych [g] 61,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,7 Sód [mg] 1 780,6
	Łatwostrawna Nefrolux	herbata bez cukru 250g Ryż na mleku 350 ml*(2) kajzerka 50g (1) pomidor 100g Polędwica Ani 50g (8)^ margaryna rama 10g 1szt bułka wrocławska 70g (1)^	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^ Kasza jęczmienna 200g gotowana (1) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* buraczki gotowane z olejem 120g (2) gulasz z żółdków gotowanych 120g (1,13)		margaryna rama 10g 1szt kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1)^ herbata bez cukru 250g twarożek z koperkiem i czarnuszką 60g (2)^ Sałata zielona 30 g pomidorki koktajlowe 70g^ jogurt naturalny 100g (2) 1szt	Banan 1 szt 200g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 259,8 Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 65,2 Węglowodany ogółem [g] 333,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 suma cukrów prostych [g] 85 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 Sód [mg] 2 101,1
	Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów Nefrolux	herbata bez cukru 250g chleb graham 120g (1) ogórek zielony 100g Polędwica Ani 50g (8)^ margaryna rama 10g 2szt. kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2) roszponka 10g	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^ gulasz z żółdków gotowanych 120g (1,13) Kasza gryczana gotowana 200 g Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* sałatka z buraków gotowanych z olejem 120g (3,11,13) pomarańcza 1 szt. 150g		margaryna rama 10g 2szt. chleb graham 100g(1) herbata bez cukru 250g Pasta z fasoli 60g Sałata zielona 30 g pomidorki koktajlowe 70g^ jogurt naturalny 100g (2) 1szt	herbata bez cukru 250g papryka słupki 100g^	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 208,2 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 59,3 Węglowodany ogółem [g] 290,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1 suma cukrów prostych [g] 62,3 Błonnik pokarmowy [g] 41,2 Sód [mg] 1 633,9
	Nerkowa Nefrologia Nefrolux	herbata bez cukru 250g Ryż na mleku 350 ml*(2) kajzerka 50g (1) ogórek zielony 100g Polędwica Ani 50g (8)^ margaryna rama 10g 1szt bułka wrocławska 70g (1)^	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^ Kasza jęczmienna 200g gotowana (1) Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* buraczki gotowane z olejem 120g (2) gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13)		margaryna rama 10g 1szt kajzerka 50g (1) bułka wrocławska 100g (1)^ herbata bez cukru 250g twarożek z koperkiem i czarnuszką 60g (2)^ Sałata zielona 30 g jogurt naturalny 100g (2) 1szt	pomarańcza 1 szt. 150g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 149,6 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 66,4 Węglowodany ogółem [g] 298,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 suma cukrów prostych [g] 53,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Sód [mg] 2 124,5

2026-10-31 sobota	Podstawowa ZOL Nefrolux	herbata bez cukru 250g Ryż na mleku 350 ml*(2) kajzerka 50g (1) ogórek zielony 100g Polędwica Ani 50g (8)^ margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1)	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^ Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* sałatka z buraków gotowanych z olejem 120g (3,11,13) gulasz z żołądków gotowanych 120g (1,13) Kasza gryczana gotowana 200 g	sok pomidorowy 200ml 1szt	margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g Pasta z fasoli 60g Sałata zielona 30 g pomidorki koktajlowe 70g^ jogurt naturalny 100g (2) 1szt	pomarańcza 1 szt. 150g herbata bez cukru 250g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 362,9 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 61,1 Węglowodany ogółem [g] 316,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,2 suma cukrów prostych [g] 69,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 Sód [mg] 2 064,2
-------------------	-------------------------	--	--	------------------------------	--	--	---