

# Menu 03.08.-16.08.2026r.

## Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01), wysokobiałkowa (D07)

| poniedziałek, 3 sierpień 2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie/ II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Obiad/ Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Kolacja/ II Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 40%, mąka pszenna typ 750 30%, mąka żytnia typ 720 10%, kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>- Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>-Masło (20g).</p> <p>- Polędwica sopocka (30g).</p> <p>- Ser gouda (30g).</p> <p>- Pomidor na sałacie (40g/10g): Pomidor (90%), sałata (10%).</p> <p>- Herbata truskawkowa (250ml): Woda (97%), herbata truskawkowa (2%).</p> <p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Jogurt naturalny (100g) z dodatkiem prażonego jabłka z cynamonem (30g): <b>jogurt naturalny</b> 70%, jabłko 28%, cynamon mielony 2% Woda 250ml</p> | <p>- Zupa meksykańska z kielbasą drobiową, kukurydzą i czerwoną fasolą (300ml): Woda, pomidory z puszki (22%), kielbasa drobiowa (18%), marchew (16%), papryka czerwona (13%), fasola czerwona konserwowa (11%), kukurydza konserwowa (9%), koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, cebula, <b>seler</b>, por, mielona słodka papryka, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz.</p> <p>- <b>Udziec z indyka w sosie własnym</b> (135g w tym 100g mięsa): Mięso z uda indyka bez skóry (74%), cebula, czosnek, <b>mąka pszenna</b>, zioła prowansalskie, papryka słodka, sól, pieprz, olej.</p> <p>- Kasza gryczana (200g).</p> <p>- <b>Mix sałat ze słupkami gotowanego buraka i tartą marchewką oraz dresingiem</b> (120g): Miks sałat (39%), burak (28%), marchew (20%), miód, sok z cytryny, oliwa z oliwek, <b>musztarda</b>, sól, pieprz.</p> <p>- Kompot wieloowocowy (250ml): Woda, truskawki (15%), maliny (12%), czarna porzeczka (9%).</p> <p><b>Podwieczorek:</b></p> <p>- Arbuz (80g).</p> | <p>- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 40%, mąka pszenna typ 750 30%, mąka żytnia typ 720 10%, kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>- Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>-Masło (20g).</p> <p>- Twarożek wiosenny ze szczypiorkiem podany na sałacie (35g/10g): <b>Ser twarogowy</b> (95%), szczypiorek, sól, pieprz.</p> <p>- <b>Szynka akademicka</b> (30g).</p> <p>- Ogórek z porem (40g/10g): Ogórek (90%), por (10%).</p> <p>- Herbata czarna z cytryną (250ml): Woda (97%), herbata czarna (2%).</p> <p><b>II Kolacja:</b></p> <p>- Sok pomidorowy (200g).</p> |

Menu 03.08.-16.08.2026r.

**Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin**

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01), wysokobiałkowa (D07)

| wtorek, 4 sierpień 2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie/ II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Obiad/ Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Kolacja/ II Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>- Chleb pełnoziarnisty (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850 40%, mąka pszenna typ 750 30%, mąka żytnia typ 720 10%, kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</b></p> <p>- Chleb graham (50g): <b>Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</b></p> <p>-<b>Masło (20g).</b></p> <p>- <b>Szynka babuni (30g).</b></p> <p>- <b>Serek homogenizowany naturalny (150g).</b></p> <p>- Pomidor (30g).</p> <p>- Papryka kolorowa pokrojona w paski (20g).</p> <p>- Herbata czarna z cytryną (250ml): Woda (97%), herbata czarna (2%).</p> <p><b>II Śniadanie</b></p> <p>- Grillowana kanapka z polędwicą sopocką (30g), mozzarellą (20g), rukolą (10g) i pomidorem (20g): <b>(mąka pszenna graham typ 1850 70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże) 60%, polędwica sopocka 15%, mozzarella 12%, pomidor 10%, rukola</b></p> <p>Woda (250 ml)</p> | <p>- <b>Zupa ogórkowa z ziemniakami (300ml):</b> Woda, ogórki kiszone (24%) (ogórki, woda, sól, mieszanka przypraw), ziemniak (18%), korpus drobiowy (16%), marchew (12%), <b>śmietana (10%),</b> pietruszka, <b>seler,</b> por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz.</p> <p>- Gulasz drobiowy(350g, w tym 100g mięsa): Mięso z piersi kurczaka bez skóry_(30%), marchew (22%), cukinia (22%), woda, pietruszka, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, sól, pieprz.</p> <p>- Młode ziemniaki gotowane (200g).</p> <p>- <b>Surówka z jabłka, pora i marchwi z jogurtem (120g):</b> Jabłko (40%), por (30%), marchew, <b>jogurt,</b> sól, pieprz.</p> <p>- Kisiel truskawkowy do picia (250ml): Truskawki mrożone (50%), woda (30%), mąka ziemniaczana.</p> <p><b>Podwieczorek:</b></p> <p>- Banan (1 szt.).</p> | <p>- Chleb pełnoziarnisty (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</b></p> <p>- <b>Masło (10g).</b></p> <p>- <b>Hot dog w podłużnej bulce z parówką z indyka z ketchupem, ogórkiem konserwowym i cebulką (165g):</b> Bułka pszenna (48%)[ <b>Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne,</b> parówka z indyka, ogórek konserwowy, cebula, ketchup.</p> <p>- <b>Ser kanapkowy (30g).</b></p> <p>- Ogórek kiszony (50g).</p> <p>- Herbata malinowa (250ml): Woda (97%), herbata malinowa (2%)</p> <p><b>II Kolacja:</b></p> <p>- <b>Kefir naturalny (330ml).</b></p> |

## Menu 03.08.-16.08.2026r.

### Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01), wysokobiałkowa (D07)

| środa, 5 sierpień 2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie/ II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Obiad/ Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kolacja/ II Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p>- <b>Bulka grahamka</b> (90g): <b>Mąka pszenna graham typ 1850 (70%), mąka pszenna typ 750 (20%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</b></p> <p>- <b>Masło</b> (10g).</p> <p>- <b>Płatki owsiane gotowane na mleku z tartą gorzką czekoladą i bananem</b> (240g): <b>Mleko spożywcze 2% (50%), płatki owsiane (24%), banan (16%), gorzka czekolada.</b></p> <p>- <b>Szynka dymem wędzona</b> (30g).</p> <p>- <b>Pomidor na sałacie</b> (40g/10g): <b>Pomidor (90%), sałata (10%).</b></p> <p>- <b>Herbata czarna z cytryną</b> (250ml): <b>Woda (97%), herbata czarna (2%).</b></p> <p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Rollo z tortilli pełnoziarnistej posmarowanej sosem jogurtowym z kurczakiem i z warzywami (tortilla 60g/ogórek 20g/papryka czerwona 20g/<b>jogurt</b> 20g/mięso z piersi kurczaka 30g: <b>Tortilla pszenna pełnoziarnista (50%), ogórek (15%), papryka czerwona (15%), jogurt naturalny (10%), Feta (8 %), natka pietruszki, sól, pieprz</b> Woda (250 ml)</p> | <p>- <b>Zupa szczawiowa z jajkiem</b> (300ml): <b>Woda, szczaw (22%), jajo kurze (18%), korpus drobiowy (17%), ziemniak (14%), marchew (10%), śmietana, pietruszka, seler, por, koperek świeży, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz.</b></p> <p>- <b>Kotleciki mielone z indyka z tartą cukinią pieczone w piecu</b> (150g): <b>Mięso mielone z indyka (71%), cukinia (18%), bulka tarta, jaja kurze, olej rzepakowy, koper, sól, pieprz.</b></p> <p>- <b>Ziemniaki z koperkiem</b> (200g): <b>Ziemniaki (98%), koperek świeży (2%), sól.</b></p> <p>- <b>Kolorowa sałatka ze świeżych warzyw z oliwą</b> (120g): <b>Papryka czerwona (30%), Pomidor (30%), sałata (15%), ogórek (15%), oliwa z oliwek, sok z cytryny, sól, pieprz.</b></p> <p>- <b>Kompot wieloowocowy</b> (250ml): <b>Woda, truskawki (15%), maliny (12%), czarna porzeczka (9%).</b></p> <p><b>Podwieczorek:</b></p> <p>- <b>Jabłko</b> (1 szt.).</p> | <p>- <b>Chleb pełnoziarnisty</b> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850 40%, mąka pszenna typ 750 30%, mąka żytnia typ 720 10%, kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</b></p> <p>- <b>Chleb graham</b> (50g): <b>Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</b></p> <p>-<b>Masło</b> (20g).</p> <p>- <b>Salatka cesar</b> (100g): <b>Pomidor koktajlowy (40%), sałata (20%), grzanki z podpieczonego beztłuszczowo pieczywa, parmezan, sok z cytryny, oliwa z oliwek sól, pieprz.</b></p> <p>- <b>Szynka konserwowa</b> (30g).</p> <p>- <b>Herbata zielona</b> (250ml): <b>Woda (97%), herbata zielona (2%).</b></p> <p><b>II Kolacja:</b></p> <p>- <b>Serek wiejski</b> (150g).</p> |

Menu 03.08.-16.08.2026r.

**Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin**

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01), wysokobiałkowa (D07)

| czwartek, 6 sierpień 2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie/ II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Obiad/ Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Kolacja/ II Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p>- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 40%, mąka pszenna typ 750 30%, mąka żytnia typ 720 10%, kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>- Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>-Masło (20g).</p> <p>- Szynka wiejska (30g).</p> <p>- Makrela w sosie pomidorowym (60g).</p> <p>- Ogórek kiszony (30g).</p> <p>- Pomidor (20g).</p> <p>- Herbata z owoców leśnych (250ml): Woda (97%), herbata z owoców leśnych (2%).</p> <p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Salatka z sałaty z pomidorem, oliwkami, prażonymi ziarnami słonecznika, dyni i oliwą (100g): Pomidor (40%), sałata (30%), nasiona słonecznika, pestki dyni, oliwa z oliwek, sól, pieprz, bazylia.</p> <p>Chleb graham (35g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże</p> <p><b>Masło (5g)</b></p> <p>Woda (250 ml)</p> | <p>- Zupa owocowa z makaronem bez cukru (210ml/90g): Woda, makaron pełnoziarnisty kokardki (20%), maliny, (11%), truskawki (10%), wiśnie (9%), borówki (9%), sok jabłkowy, jogurt naturalny, kisiel.</p> <p>- Pulpeciki wieprzowe w sosie śmietanowo-koperkowym (160g): Łopatką mieloną (70%), śmietana (18%), bulion drobiowy, koper świeży (10%), olej rzepakowy, sól, pieprz.</p> <p>- Ryż brązowy (200g).</p> <p>- Surówka z buraczków z jabłkiem 120g: Burak (66%), jabłko (29%), oliwa (4%), sok z cytryny, sól, pieprz.</p> <p>- Kompot wiśniowy z cynamonem (250ml): Woda, wiśnie (40%), cynamon.</p> <p><b>Podwieczorek:</b></p> <p>- Nektarynka (1 szt.).</p> | <p>- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>- Masło (10g).</p> <p>- Młode ziemniaki podawane z twarogiem i koperkiem (150g/30g/5g): Ziemniaki (80%), twaróg (15%), koperek, sól.</p> <p>- Kielbasa krakowska sucha (30g).</p> <p>- Papryka kolorowa pokrojona w paski (30g).</p> <p>- Ogórek (20g).</p> <p>- Maślanka (200ml)</p> <p><b>II Kolacja:</b></p> <p>- Serek homogenizowany naturalny (150g).</p> |

Menu 03.08.-16.08.2026r.

**Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin**

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01), wysokobiałkowa (D07)

| piątek, 7 sierpień 2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie/ II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Obiad/ Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Kolacja/ II Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>- <b>Chleb pełnoziarnisty</b> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850</b> (40%), <b>mąka pszenna typ 750</b> (30%), <b>mąka żytnia typ 720</b> (10%), <b>kwas naturalny żytni</b> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>- <b>Masło</b> (10g).</p> <p>- <b>Płatki owsiane</b> gotowane na mleku z orzechami włoskimi i bananem 40g/ 150ml/ 10g/ 40g: <b>Mleko spożywcze 2%</b> (50%), <b>płatki owsiane</b> (24%), banan (16%), <b>orzechy włoskie</b>.</p> <p>- <b>Ser mazdamer</b> (30g).</p> <p>- Pomidor z cebulką (40g/10g): Pomidor (90%), cebula (10%).</p> <p>- Herbata malinowa (250ml): Woda (97%), herbata malinowa (2%).</p> <p><b>II Śniadanie</b></p> <p>- <b>Serek wiejski 150g</b></p> <p>Szczypiorek 5g</p> <p>- Chleb graham (35g): <b>Mąka pszenna graham typ 1850</b> -70%, <b>mąka pszenna typ 750</b> 20%, <b>kwas naturalny żytni</b>(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże</p> <p><b>Masło (5g)</b></p> <p>Woda (250 ml)</p> | <p>- <b>Grochówka wegetariańska</b> (300ml): Woda, ziemniak, groch łuskany (31%), marchew, pietruszka, seler, por, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz.</p> <p>- <b>Filet z miruny panierowany pieczony w piecu konwekcyjno-parowym</b> (110g, w tym 100g ryby) - (ryby 130g): <b>Filet z miruny</b> (90%), <b>bulka tarta</b> (mąka pszenna, woda, drożdże, sól), <b>mleko, mąka pszenna</b>, kurkuma, olej rzepakowy, sól, przyprawy.</p> <p>- Ziemniaki z koperkiem (200g): Ziemniaki (98%), koperek świeży (2%), sól.</p> <p>- <b>Surówka z marchewką i pomarańczą z dodatkiem jogurtu</b> (120g): Marchew (69%), pomarańcza (20%), <b>jogurt naturalny</b>, sól, pieprz.</p> <p>- <b>Kompot wiśniowy</b> (250ml): Woda, wiśnie (40%).</p> <p><b>Podwieczorek:</b></p> <p>- Banan (1 szt.).</p> | <p>- <b>Chleb pełnoziarnisty</b> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850</b> 40%, <b>mąka pszenna typ 750</b> 30%, <b>mąka żytnia typ 720</b> 10%, <b>kwas naturalny żytni</b> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>- <b>Chleb graham</b> (50g): <b>Mąka pszenna graham typ 1850</b> -70%, <b>mąka pszenna typ 750</b> 20%, <b>kwas naturalny żytni</b>(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>- <b>Masło (20g).</b></p> <p>- <b>Salatka jarzynowa na liściu sałaty (100g/10g):</b> Ziemniaki (26%), marchew (19%), pietruszka (14%), <b>jaja kurze</b> gotowane (13%), ogórek kiszony, cebula, jabłko, groszek konserwowy, <b>jogurt naturalny, majonez, musztarda</b>, sól, pieprz.</p> <p>- <b>Ser kanapkowy</b> (30g).</p> <p>- Herbata czarna z cytryną (250ml): Woda (97%), herbata czarna (2%).</p> <p><b>II Kolacja:</b></p> <p>- <b>Jogurt naturalny</b> (150g).</p> |

Menu 03.08.-16.08.2026r.

**Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin**

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01), wysokobiałkowa (D07)

| sobota, 8 sierpień 2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie/ II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Obiad/ Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Kolacja/ II Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p>- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 40%, mąka pszenna typ 750 30%, mąka żytnia typ 720 10%, kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>- Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>-Masło (20g).</p> <p>- Jogurt naturalny z siekanymi orzechami i musem z malin 150g: Jogurt naturalny (80%), mus malinowy (15%), orzechy włoskie (5%).</p> <p>- Polędwica sopocka (30g).</p> <p>- Papryka kolorowa pokrojona w paski (30g).</p> <p>- Ogórek (20g).</p> <p>- Herbata zielona (250ml): Woda (97%), herbata zielona (2%).</p> <p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Chleb graham (50g) : (mąka pszenna graham typ 1850 70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)</p> <p><b>Masło (10g)</b></p> <p>Pastą twarogową z ziołami (30g):</p> <p><b>Ser twarogowy (85%), śmietana 12% (7%), koperek świeży, sól, pieprz</b></p> <p>Rzodkiewka 30g</p> <p>Salata 10g</p> <p>Woda (250 ml)</p> | <p>- Zupa z brukselką (300ml): Woda, bulion warzywny, brukselka, ziemniaki, marchew, seler, śmietana 12%, czosnek, szczypiorek, sól, pieprz.</p> <p>- Pierś z indyka w sosie pieczeniowym (150g w tym 100g mięsa): Mięso z piersi indyka bez skóry (66%), cebula, czosnek, mąka pszenna, zioła prowansalskie, papryka słodka, sól, pieprz, olej.</p> <p>- Ziemniaki z koperkiem (200g): Ziemniaki (98%), koperek świeży (2%), sól.</p> <p>- Surówka z kiszonej kapusty z marchewką (120g): Kapusta kiszona (66%), marchew (29%), oliwa z oliwek (4%), sól, pieprz.</p> <p>- Kompot truskawkowy (250ml): Woda, truskawki (40%).</p> <p><b>Podwieczorek:</b></p> <p>- Jabłko (1 szt.).</p> | <p>- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 40%, mąka pszenna typ 750 30%, mąka żytnia typ 720 10%, kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>- Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>-Masło (20g).</p> <p>- Feta pokrojona w kostkę z pomidorami (100g): Pomidor (50%), feta (35%), oliwa, sól, pieprz.</p> <p>- Pieczeń z karkówki (30g).</p> <p>- Herbata z rumianku z cukrem (250ml): Woda (97%), rumianek (2%).</p> <p><b>II Kolacja:</b></p> <p>- Kefir naturalny (330ml).</p> |

## Menu 03.08.-16.08.2026r.

### Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01), wysokobiałkowa (D07)

| niedziela, 9 sierpień 2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie/ II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Obiad/ Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Kolacja/ II Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p>- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 40%, mąka pszenna typ 750 30%, mąka żytnia typ 720 10%, kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>- Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>-Masło (20g).</p> <p>- Jajecznica ze szczypiorkiem (105g): Jaja kurze (89%), masło ekstra (5%), szczypiorek, sól, pieprz.</p> <p>- Kielbasa żywiecka (30g).</p> <p>- Pomidor z cebulką (40g/10g): Pomidor (90%), cebula (10%).</p> <p>- Kawa Inka na mleku (250ml): Mleko spożywcze 2% (95 %), kawa inka (5%).</p> <p><b>II Śniadanie</b><br/>Koktajl kakaowy z bananem na jogurcie (150g): <b>Jogurt naturalny</b> (55%), banan (40%), kakao Woda (250 ml)</p> | <p>- Rosół z drobnym makaronem (210ml/90g): Woda, korpus drobiowy (46%), makaron (20%) (semolina - mąka makaronowa z pszenicy durum, pasteryzowana masa jajowa), marchew (12%), pietruszka, seler, por, natka pietruszki, sól, przyprawy.</p> <p>- Filet z kurczaka panierowany tradycyjnie smażony (120g w tym 100g mięsa): Mięso z piersi kurczaka (83%), bułka tarta, jaja kurze, olej rzepakowy, sól, pieprz.</p> <p>- Młode ziemniaki gotowane (200g).</p> <p>- Mizeria (120g): Ogórek (70%), jogurt naturalny (25%), koperek świeży, sól, pieprz.</p> <p>- Kompot wiśniowy (250ml): Woda, wiśnie (40%).</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>- Jabłko (1 szt.).</p> | <p>- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 40%, mąka pszenna typ 750 30%, mąka żytnia typ 720 10%, kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>- Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>-Masło (20g).</p> <p>- Gzik z dodatkiem szczypiorku, podany na sałacie (30g/5g/10g): Ser twarogowy półtłusty (68%), śmietana 12% (28%), szczypiorek, sól, sałata.</p> <p>- Szynka wiejska (30g).</p> <p>- Tarta rzodkiewka z koperkiem (45g/5g): Rzodkiewka (95%), koperek świeży (5%).</p> <p>- Herbata zielona z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata zielona (2%).</p> <p><b>II Kolacja:</b><br/>- Mus owocowo-warzywny (150g).</p> |

Menu 03.08.-16.08.2026r.

**Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin**

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01), wysokobiałkowa (D07)

| poniedziałek, 10 sierpień 2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie/ II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Obiad/ Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Kolacja/ II Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 40%, mąka pszenna typ 750 30%, mąka żytnia typ 720 10%, kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</li> <li>- Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</li> <li>-Masło (20g).</li> <li>- Szyńka biała (30g).</li> <li>- Ser kanapkowy z ziołami (30g).</li> <li>- Pomidor na sałacie (40g/10g): Pomidor (90%), sałata (10%).</li> <li>- Kakao naturalne na mleku (250ml): Mleko spożywcze 2% (95%), kakao w proszku (4%).</li> </ul> <p><b>II Śniadanie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże</li> <li>-Masło 10g</li> <li>- Szyńka wiejska (30g)</li> <li>-Sałata i sos czosnkowo jogurtowym (10g/20g):jogurt naturalny 98%, czosnek</li> <li>-Woda 250ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa jarzynowa z fasolą Jaś (300ml): Bulion warzywny (35%), marchew (15%), ziemniaki (15%), fasola biała Jaś (15%), fasola szparagowa, brukselka, kalafior, pietruszka, seler, sól, pieprz.</li> <li>- Sznycel wieprzowy z jajkiem (135g): Schab wieprzowy (90%), jajko kurze(8%), sól, pieprz, zioła prowansalskie, papryka słodka/ostra, olej.</li> <li>- Młode ziemniaki gotowane z koperkiem (200g): Ziemniaki (98%), koperek świeży (2%), sól.</li> <li>- Surówka z selera i jabłka (120g): Seler (70%), jabłko (20%), jogurt naturalny, sok z cytryny, sól.</li> <li>- Kompot wieloowocowy (250ml): Woda, truskawki (15%), maliny (12%), czarna porzeczka (9%).</li> </ul> <p><b>Podwieczorek:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Melon (80g).</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 40%, mąka pszenna typ 750 30%, mąka żytnia typ 720 10%, kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</li> <li>- Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</li> <li>-Masło (20g).</li> <li>- Filet z kurczaka (30g).</li> <li>- Serek wiejski (100g).</li> <li>- Rzodkiewka tarta (30g).</li> <li>- Ogórek (20g).</li> <li>- Herbata czarna z cytryną (250ml): Woda (97%), herbata czarna (2%).</li> </ul> <p><b>II Kolacja:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jogurt naturalny (150g).</li> </ul> |



Menu 03.08.-16.08.2026r.

**Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin**

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01), wysokobiałkowa (D07)

| wtorek, 11 sierpień 2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie/ II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Obiad/ Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Kolacja/ II Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <p>- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 40%, mąka pszenna typ 750 30%, mąka żytnia typ 720 10%, kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>- Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>-Masło (20g).</p> <p>- Polędwica sopocka (30g).</p> <p>- Ser gouda (30g).</p> <p>- Pomidor (50g).</p> <p>- Herbata truskawkowa (250ml): Woda (97%), herbata truskawkowa (2%).</p> <p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Galaretkę owocową z pokrojonymi owocami (200g/30g): Woda (80%), pokrojone nektarynki (15%), galaretka w proszku.</p> <p>- Migdały (20g)</p> <p>-Woda 250ml</p> | <p>- Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 210ml /90g : Woda, makaron pełnoziarnisty kokardki (20%), pomidory z puszki (30%), korpus drobiowy (14%), marchew (12%), koncentrat pomidorowy, śmietana, pietruszka, seler, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz.</p> <p>- Łopatka wieprzowa duszona w sosie pieczeniowym (140g): Łopatka wieprzowa (70%), cebula, czosnek, mąka pszenna, zioła prowansalskie, papryka słodka, sól, pieprz, olej.</p> <p>- Ziemniaki gotowane (200g)</p> <p>- Młoda kapusta na ciepło z koperkiem (120g): Kapusta młoda (66%), marchew (29%), koper, oliwa z oliwek (4%), sól, pieprz.</p> <p>- Kompot wiśniowy z cynamonem (250ml): Woda, wiśnie (40%), cynamon.</p> <p><b>Podwieczorek:</b></p> <p>- Jabłko (1 szt.).</p> | <p>- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 40%, mąka pszenna typ 750 30%, mąka żytnia typ 720 10%, kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>- Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>-Masło (20g).</p> <p>- Ryba po grecku na ciepło (160g): Dorsz (44%), marchew (14%), korzeń pietruszki (12%), seler (9%), koncentrat pomidorowy (7%), por, olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, mielona słodka papryka, sól, pieprz.</p> <p>- Szynkówka z indyka (30g).</p> <p>- Papryka kolorowa pokrojona w paski (30g).</p> <p>- Ogórek kiszony (20g).</p> <p>- Herbata czarna z cytryną (250ml): Woda (97%), herbata czarna (2%).</p> <p><b>II Kolacja:</b></p> <p>- Sok wielowarzywny (200g).</p> |

## Menu 03.08.-16.08.2026r.

**Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin**

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01), wysokobiałkowa (D07)

| środa, 12 sierpień 2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie/ II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Obiad/ Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Kolacja/ II Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Bulka grahamka</b> (90g): <b>Mąka pszenna</b> graham typ 1850 (70%), <b>mąka pszenna</b> typ 750 (20%), <b>kwas naturalny żytni</b> (mąka żytnia, woda), woda, sól, <b>drożdże</b>.</li> <li>- <b>Masło</b> (10g).</li> <li>- Zupa mleczna z <b>makaronem</b> (260g): <b>Mleko spożywcze 2%</b> (76%), <b>makaron</b> pszenny (24%).</li> <li>- <b>Szynka dymem wędzona</b> (30g).</li> <li>- Pomidor z cebulką (40g/10g): Pomidor (90%), cebula (10%).</li> <li>- Herbata z owoców leśnych (250ml): Woda (97%), herbata z owoców leśnych (2%).</li> </ul> <p><b>II Śniadanie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Kefir naturalny</b> (250ml)</li> <li>- <b>Słonecznik nasiona</b> (10g)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Krupnik z kaszą jęczmienną i kurczakiem</b> (300ml): Woda, <b>kasza jęczmienna</b> (33%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (18%), marchew (15%), pietruszka (11%), <b>seler</b>, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz.</li> <li>-Pulpety z indyka w sosie pomidorowym (135g, w tym 100g mięsa): Mięso mielone z indyka (49%), <b>śmietana 12%</b> (15%), pomidory w puszcze (15%),_olej rzepakowy, sól, pieprz.</li> <li>-Ziemniaki z koperkiem 200g: ziemniaki 98%, koperek świeży 2%</li> <li>- Surówka z tartej marchewki z nutą pomarańczy i oliwą z oliwek 120g: Marchew (62%), jabłko (30%), sok ze świeżej pomarańczy (4%), oliwa (3%), sól, pieprz.</li> <li>- Kompot jabłkowy (250ml): Woda, jabłka (40%).</li> </ul> <p><b>Podwieczorek:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Banan (1 szt.).</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Chleb pełnoziarnisty</b> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850 40%</b>, <b>mąka pszenna typ 750 30%</b>, <b>mąka żytnia typ 720 10%</b>, <b>kwas naturalny żytni</b> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</li> <li>- <b>Chleb graham</b> (50g): <b>Mąka pszenna graham typ 1850 -70%</b>, <b>mąka pszenna typ 750 20%</b>, <b>kwas naturalny żytni</b>(mąka żytnia, woda),_ woda, sól, drożdże.</li> <li>-<b>Masło (20g).</b></li> <li>- <b>Salatka z wędzonym kurczakiem, z kukurydzą, ananasem i ogórkiem kiszonym</b> (100g): Kurczak wędzony (43%), ogórek kiszony (24%), kukurydza konserwowa (13%), ogórek kiszony (9%), oliwa z oliwek, szczypiorek, sól, pieprz.</li> <li>- <b>Wędzonka Krotoszyńska</b> (30g).</li> <li>- Herbata czarna z cytryną (250ml): Woda (97%), herbata czarna (2%).</li> </ul> <p><b>II Kolacja:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Serek homogenizowany naturalny</b> (150g).</li> </ul> |

# Menu 03.08.-16.08.2026r.

## Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01), wysokobiałkowa (D07)

| czwartek, 13 sierpień 2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie/ II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Obiad/ Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Kolacja/ II Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 40%, mąka pszenna typ 750 30%, mąka żytnia typ 720 10%, kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>- Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>-Masło (20g).</p> <p>Pasta z serka śmietankowego z oliwkami i awokado (30g)</p> <p>- Pieczeń z karkówki (30g).</p> <p>- Pomidor na sałacie (40g/10g): Pomidor (90%), sałata (10%).</p> <p>- Herbata malinowa (250ml): Woda (97%), herbata malinowa (2%).</p> <p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Grillowana kanapka z szynką z indyka (30g), mozzarellą (20g), rukolą (10g) i pomidorem (20g): (mąka pszenna graham typ 1850 70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże) 60%, szynka z indyka 15%, mozzarella 12%, pomidor 10%, rukola Woda (250 ml)</p> | <p>- Zupa fasolowa (300ml): Woda, ziemniak, fasola Jaś (29%), korpus drobiowy (19%), boczek wędzony, marchew, pietruszka, seler, por, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz.</p> <p>- Karkówka duszona po karkonosku (170g): Karkówka (90%), koncentrat pomidorowy, grzyby suszone, śliwka suszona, mąka pszenna, cebula, czosnek, papryka słodka, sól, pieprz, olej.</p> <p>- Młode ziemniaki gotowane (200g).</p> <p>- Miks салат z plasterkami buraka i ziarnami słonecznika w sosie winegret (120g): Miks салат (49%), burak (28%), słonecznik, miód, sok z cytryny, oliwa z oliwek, musztarda, sól, pieprz.</p> <p>- Kompot wielowocowy (250ml): Woda, truskawki (15%), maliny (12%), czarna porzeczka (9%).</p> <p><b>Podwieczorek:</b></p> <p>- Brzoskwinia (1 szt.).</p> | <p>- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>- Masło (10g).</p> <p>-Buleczki drożdżowe z jabłkami 2 szt na mące pełnoziarnistej: mąka pszenna pełnoziarnista , mleko spożywcze 2%, masło, cukier, drożdże, żółtko jaja, jabłko, sól.</p> <p>- Szynka delikatna (30g).</p> <p>- Papryka kolorowa pokrojona w paski (30g).</p> <p>- Ogórek kiszony (20g).</p> <p>- Herbata zielona (250ml): Woda (97%), herbata zielona (2%).</p> <p><b>II Kolacja:</b></p> <p>- Jogurt naturalny (150g).</p> |

## Menu 03.08.-16.08.2026r.

### Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01), wysokobiałkowa (D07)

| piątek, 14 sierpień 2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie/ II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Obiad/ Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Kolacja/ II Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>- Masło (10g).</p> <p>- Płatki owsiane gotowane na mleku z tartą gorzką czekoladą i bananem (240g): Mleko spożywcze 2% (50%), płatki owsiane (24%), banan (16%), gorzka czekolada.</p> <p>- Ser gouda (30g).</p> <p>- Pomidor na sałacie (40g/10g): Pomidor (90%), sałata (10%).</p> <p>- Herbata mięta (250ml): Woda (97%), herbata mięta (2%).</p> <p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Rollo z tortilli pełnoziarnistej posmarowanej sosem jogurtowym z Fetą i z warzywami (tortilla 60g/ogórek 20g/papryka czerwona 20g/jogurt 20g/Feta 30g: <b>Tortilla pszenna pełnoziarnista</b> (50%), ogórek (15%), papryka czerwona (15%), <b>jogurt naturalny (10%)</b>, <b>Feta (8 %)</b>, natka pietruszki, sól, pieprz</p> <p>Woda (250 ml)</p> | <p>- Zupa owocowa z makaronem bez cukru (210ml/90g): Woda, makaron pełnoziarnisty kokardki (20%), maliny, (11%), truskawki (10%), wiśnie (9%), borówki (9%), sok jabłkowy, jogurt naturalny, kisiel.</p> <p>- Dorsz zapiekany w panierce (115g, w tym 100g ryby): Dorsz (87%), bułka tarta, jaja kurze, olej rzepakowy, sól, pieprz.</p> <p>- Ziemniaki z koperkiem (200g): Ziemniaki (98%), koperek świeży (2%), sól.</p> <p>- Szpinak na ciepło (120g): Szpinak (80%), śmietana (10%), mąka przenna, masło, czosnek, sól, pieprz.</p> <p>- Kompot truskawkowy (250ml): Woda, truskawki (40%).</p> <p><b>Podwieczorek:</b></p> <p>- Banan (1 szt.).</p> | <p>- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 40%, mąka pszenna typ 750 30%, mąka żytnia typ 720 10%, kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>- Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>-Masło (20g).</p> <p>- Pasta z awokado i ricottą (30g): Awokado (50%), ser ricotta (40%), sok z cytryny (5%), sól, pieprz.</p> <p>- Sałatka ziemniaczana z ogórkiem konserwowym na sałacie (100g): Ziemniaki (70%), ogórek konserwowy (17%), jogurt naturalny, majonez, szczypiorek, koperek świeży, sól, pieprz.</p> <p>- Herbata z owoców leśnych (250ml): Woda (97%), herbata z owoców leśnych (2%).</p> <p><b>II Kolacja:</b></p> <p>- Mus owocowo-warzywny (150g).</p> |

Menu 03.08.-16.08.2026r.

**Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin**

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01), wysokobiałkowa (D07)

| sobota, 15 sierpień 2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie/ II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Obiad/ Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Kolacja/ II Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 40%, mąka pszenna typ 750 30%, mąka żytnia typ 720 10%, kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>- Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>-Masło (20g).</p> <p>- Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (60g): Jaja kurze gotowane (73%), serek śmietankowy (20%), szczypiorek (5%), sól, pieprz.</p> <p>- Szynka babuni (30g).</p> <p>- Pomidor z cebulką (40g/10g): Pomidor (90%), cebula (10%).</p> <p>- Herbata czarna z cytryną (250ml): Woda (97%), herbata czarna (2%).</p> <p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Serek homogenizowany naturalny (opakowanie jednostkowe) (95kcal)</p> <p>Chleb graham (35g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże</p> <p><b>Masło (5g)</b></p> <p>Salata i ogórek (10g/20g)</p> <p>Woda (250 ml)</p> | <p>- Kapuśniak (300ml): Woda, kapusta kiszona (31%), kapusta biała (24%), marchew (15%), kości wędzone (10%), pietruszka, seler, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz.</p> <p>- Udko z kurczaka z chrupiącą skórą (105g w tym 100g mięsa): Mięso z ud kurczaka (95%), oliwa z oliwek (5%), czosnek, sól, pieprz, papryka słodka.</p> <p>- Młode ziemniaki gotowane (200g).</p> <p>- Miks sałat z pomidorami i ziarnami słonecznika w sosie winegret (120g): Miks sałat (49%), pomidor (28%), słonecznik, miód, sok z cytryny, oliwa z oliwek, musztarda, sól, pieprz.</p> <p>- Kompot malinowy (250ml): Woda, maliny (40%).</p> <p><b>Podwieczorek:</b></p> <p>- Jabłko (1 szt.).</p> | <p>- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 40%, mąka pszenna typ 750 30%, mąka żytnia typ 720 10%, kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>- Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>-Masło (20g).</p> <p>- Szynka gotowana (30g).</p> <p>- Ser kanapkowy (30g).</p> <p>- Rzodkiewka tarta (30g).</p> <p>- Ogórek (20g).</p> <p>- Herbata z rumianku (250ml): Woda (97%), rumianek (2%).</p> <p><b>II Kolacja:</b></p> <p>- Kefir naturalny (330ml).</p> |

Menu 03.08.-16.08.2026r.

**Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin**

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01), wysokobiałkowa (D07)

| niedziela, 16 sierpień 2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie/ II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Obiad/ Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Kolacja/ II Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p>- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 40%, mąka pszenna typ 750 30%, mąka żytnia typ 720 10%, kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>- Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>-Masło (20g).</p> <p>- Frankfurterki (80g).</p> <p>Do wyboru: musztarda (10g) i/lub ketchup (10g).</p> <p>- Szynkówka z indyka (30g).</p> <p>- Pomidor ze szczypiorkiem (45g/5g): Pomidor (95%), szczypiorek (5%).</p> <p>- Kawa Inka na mleku (250ml): Mleko spożywcze 2% (95 %), kawa inka (5%).</p> <p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Koktajl z brzoskwinia (100g) i bananem (60g) na jogurcie (150g): Jogurt naturalny (50%), brzoskwinia (31%), banan (18%) Woda (250 ml)</p> | <p>- Rosół z drobnym makaronem (210ml/90g): Woda, korpus drobiowy (46%), makaron (20%) (semolina - mąka makaronowa z pszenicy durum, pasteryzowana masa jajowa), marchew (12%), pietruszka, seler, por, natka pietruszki, sól, przyprawy.</p> <p>- Kotlet schabowy panierowany pieczony w piecu konwekcyjnym (150g): Schab wieprzowy (90%), bułka tarta, jajko kurze, olej rzepakowy, mąka pszenna, sól, pieprz.</p> <p>- Młode ziemniaki gotowane (200g).</p> <p>- Fasolka szparagowa (120g).</p> <p>- Kompot truskawkowy (250ml): Woda, truskawki (40%).</p> <p><b>Podwieczorek:</b></p> <p>- Jabłko (1 szt.).</p> | <p>- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 40%, mąka pszenna typ 750 30%, mąka żytnia typ 720 10%, kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>- Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże.</p> <p>-Masło (20g).</p> <p>- Wędzonka Krotoszyńska (30g).</p> <p>- Ser salami (30g).</p> <p>- Ogórek (50g).</p> <p>- Herbata czarna z cytryną (250ml): Woda (97%), herbata czarna (2%).</p> <p><b>II Kolacja:</b></p> <p>- Serek wiejski (150g).</p> |