

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-01-21 środa	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Szyńska wieprzowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Ogórek świeży 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Szyńska wieprzowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Szyńska wieprzowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	Szyńska wieprzowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Ogórek świeży 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Szyńska wieprzowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	
	IIł ŚN				Pieczywo chrupkie 10g 10 g		Mus owocowy 270 szt
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) Stek wieprzowy z cebulą 100g 100 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka z warzyw mieszanych 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) ziemniaki 200g 300 g	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) Łopatką wieprzową gotowaną 70g w sosie 100g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) ziemniaki 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)		Zupa pomidorowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) Łopatką wieprzową gotowaną 70g w sosie 100g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka z warzyw mieszanych 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) ziemniaki 200g 300 g	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) Łopatką wieprzową gotowaną 70g w sosie 100g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) ziemniaki 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	
	PD				Jabłko 130g 130 g		Jabłko 130g 130 g
	Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g Serdelek 100g 100 g (1, 2, 4, 5, 6,) Ketchup 20g 20 g (1, 5, 6, 9,)		Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g Poledwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g Poledwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g Serdelek 100g 100 g (1, 2, 4, 5, 6,) Ketchup 20g 20 g (1, 5, 6, 9,)	Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g Serdelek 100g 100 g (1, 2, 4, 5, 6,) Ketchup 20g 20 g (1, 5, 6, 9,)
	PN	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Salata 10g 10 g			Ser biały 30g 30 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)		
		Wart. energ: 2461.10 kcal; Białko og: 95.79 g; Tłuszcz: 98.22 g; Węgl. og: 312.80 g; w tym cuk.: 62.92 g; kw.tł.nasyc: 31.78 g; Błonnik: 28.01 g; Sól: 17.86 g; Sód: 6167.02 mg;	Wart. energ: 2337.11 kcal; Białko og: 95.80 g; Tłuszcz: 83.14 g; Węgl. og: 316.85 g; w tym cuk.: 59.75 g; kw.tł.nasyc: 30.28 g; Błonnik: 30.43 g; Sól: 17.83 g; Sód: 6155.19 mg;	Wart. energ: 2144.95 kcal; Białko og: 95.71 g; Tłuszcz: 52.63 g; Węgl. og: 339.49 g; w tym cuk.: 55.17 g; kw.tł.nasyc: 27.17 g; Błonnik: 34.26 g; Sól: 15.80 g; Sód: 6335.56 mg;	Wart. energ: 1909.60 kcal; Białko og: 93.41 g; Tłuszcz: 55.42 g; Węgl. og: 277.71 g; w tym cuk.: 53.65 g; kw.tł.nasyc: 29.30 g; Błonnik: 37.43 g; Sól: 14.75 g; Sód: 5913.43 mg;	Wart. energ: 2372.75 kcal; Białko og: 96.11 g; Tłuszcz: 75.49 g; Węgl. og: 344.89 g; w tym cuk.: 57.71 g; kw.tł.nasyc: 26.28 g; Błonnik: 34.90 g; Sól: 17.56 g; Sód: 6161.96 mg;	Wart. energ: 2530.64 kcal; Białko og: 95.42 g; Tłuszcz: 74.21 g; Węgl. og: 389.40 g; w tym cuk.: 96.21 g; kw.tł.nasyc: 25.16 g; Błonnik: 38.30 g; Sól: 17.56 g; Sód: 6157.30 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-01-22 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Połudwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Płatki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Połudwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Płatki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Połudwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Połudwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Płatki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Połudwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	
	II ŚN					Sok pomidorowy 200ml 200 ml (9,) Wafle ryżowe 10 g	Sok owocowo-warzywny 0,5 szt 1 szt (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,) Chrupki kukurydziane 20g 20 g
	Obiad	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Gulasz z żołądków drobiowych 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Sałatka z buraczka z jabłkiem i papryką 130g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Kasza jęczmienna 200g 200 g (1, 4, 5, 6,)	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Gulasz wieprzowy 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Kasza jęczmienna 200g 200 g (1, 4, 5, 6,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa ziemniaczana 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Gulasz wieprzowy 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Kasza jęczmienna 200g 200 g (1, 4, 5, 6,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Gulasz wieprzowy 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Sałatka z buraczka z jabłkiem i papryką 130g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Kasza jęczmienna 200g 200 g (1, 4, 5, 6,)	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Gulasz wieprzowy 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Kasza jęczmienna 200g 200 g (1, 4, 5, 6,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	
	PD					Jabłko 130g 130 g	Jabłko 130g 130 g
	Kolacja	Ser żółty 30g 30 g (4,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Ogórek kiszony 50g 50 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Ser żółty 30g 30 g (4,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Ogórek kiszony 50g 50 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	
	PN	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7g (4,) Sałata 10g 10 g			Ser topiony 30g 33 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 7g 7g (4,)		
		Wart. energ: 2456.65 kcal; Białko og: 111.94 g; Tłuszcz: 79.25 g; Węgl. og: 339.44 g; w tym cuk.: 63.99 g; kw.tł.nasyc: 33.06 g; Błonnik: 32.46 g; Sól: 18.22 g; Sód: 7012.49 mg;	Wart. energ: 2168.97 kcal; Białko og: 87.71 g; Tłuszcz: 69.48 g; Węgl. og: 314.11 g; w tym cuk.: 55.28 g; kw.tł.nasyc: 34.51 g; Błonnik: 31.02 g; Sól: 17.25 g; Sód: 6792.15 mg;	Wart. energ: 2210.10 kcal; Białko og: 87.17 g; Tłuszcz: 61.66 g; Węgl. og: 344.42 g; w tym cuk.: 52.43 g; kw.tł.nasyc: 30.48 g; Błonnik: 34.74 g; Sól: 16.97 g; Sód: 6797.86 mg;	Wart. energ: 2174.74 kcal; Białko og: 90.71 g; Tłuszcz: 78.84 g; Węgl. og: 294.72 g; w tym cuk.: 63.84 g; kw.tł.nasyc: 38.11 g; Błonnik: 39.39 g; Sól: 17.66 g; Sód: 6896.98 mg;	Wart. energ: 2204.61 kcal; Białko og: 88.02 g; Tłuszcz: 61.83 g; Węgl. og: 342.15 g; w tym cuk.: 53.24 g; kw.tł.nasyc: 30.51 g; Błonnik: 35.49 g; Sól: 16.98 g; Sód: 6798.92 mg;	Wart. energ: 2363.10 kcal; Białko og: 91.47 g; Tłuszcz: 62.35 g; Węgl. og: 379.20 g; w tym cuk.: 69.87 g; kw.tł.nasyc: 30.49 g; Błonnik: 40.11 g; Sól: 16.34 g; Sód: 6369.56 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa		Dziecięca łatwostrawna		
2026-01-23 piątek	Śniadanie	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4), Jajko 1sz/50g 50 g (2), Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ), Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9), Dżem 40g 40 g	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4), Jajko 1sz/50g 50 g (2), Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ), Pomidor 50g 50 g (9), Sałata 10g 10 g Dżem 40g 40 g	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4), Jajko 1sz/50g 50 g (2), Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ), Pomidor b/skóry 50g 50 g (9), Sałata 10g 10 g Dżem 40g 40 g	Jajko 1sz/50g 50 g (2), Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ), Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9), Jajko 1sz/50g 50 g (2)	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4), Jajko 1sz/50g 50 g (2), Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ), Pomidor 50g 50 g (9), Sałata 10g 10 g Dżem 40g 40 g				
	II ŚN					Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (4)			Jogurt owocowy 1szt 2 szt (4, 8)	
	Obiad	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ), Ziemniaki 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ), Ryba w sosie greckim 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 12, SOJ, OZ, SKO,)	Zupa ziemniaczana 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ), Ziemniaki 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ), Ryba w sosie greckim 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 12, SOJ, OZ, SKO,)	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ), Ziemniaki 200g 300 g Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ), Ryba w sosie greckim 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 12, SOJ, OZ, SKO,)	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ), Ziemniaki 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ), Ryba w sosie greckim 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 12, SOJ, OZ, SKO,)					
	PD					Pomarańcza 100g 100 g			Pomarańcza 100g 100 g	
	Kolacja	Ser biały 90g 90 g (4), Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4), Rzodkiewka 100g 100 g Sałata 10g 10 g	Ser biały 90g 90 g (4), Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4), Pomidor b/skóry 50g 50 g (9), Sałata 10g 10 g	Ser biały 90g 90 g (4), Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (1, 4), Rzodkiewka 100g 100 g Sałata 10g 10 g	Ser biały 90g 90 g (4), Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4), Rzodkiewka 100g 100 g Sałata 10g 10 g		Ser biały 90g 90 g (4), Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4), Rzodkiewka 100g 100 g Sałata 10g 10 g		Ser biały 90g 90 g (4), Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ), Rzodkiewka 100g 100 g Sałata 10g 10 g	
	PN	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6), Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ), Mix tłuszczowy 7g 7 g (4), Sałata 10g 10 g					Pomidor 50g 50 g (9), Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 7g 7 g (4)			
		Wart. energ: 2273.51 kcal; Białko og: 88.20 g; Tłuszcz: 68.29 g; Węgl. og: 340.99 g; w tym cuk.: 91.49 g; kw.tł.nasyc: 30.22 g; Błonnik: 29.36 g; Sól: 17.75 g; Sód: 6996.12 mg;	Wart. energ: 2305.18 kcal; Białko og: 88.20 g; Tłuszcz: 60.67 g; Węgl. og: 367.87 g; w tym cuk.: 82.40 g; kw.tł.nasyc: 26.23 g; Błonnik: 32.87 g; Sól: 17.39 g; Sód: 6966.30 mg;	Wart. energ: 2030.20 kcal; Białko og: 91.22 g; Tłuszcz: 69.39 g; Węgl. og: 278.36 g; w tym cuk.: 60.75 g; kw.tł.nasyc: 30.60 g; Błonnik: 37.77 g; Sól: 21.49 g; Sód: 8597.93 mg;	Wart. energ: 2309.15 kcal; Białko og: 88.51 g; Tłuszcz: 60.64 g; Węgl. og: 369.03 g; w tym cuk.: 89.45 g; kw.tł.nasyc: 26.22 g; Błonnik: 33.83 g; Sól: 17.48 g; Sód: 7002.89 mg;	Wart. energ: 2447.04 kcal; Białko og: 93.40 g; Tłuszcz: 61.84 g; Węgl. og: 396.81 g; w tym cuk.: 109.24 g; kw.tł.nasyc: 26.81 g; Błonnik: 36.33 g; Sól: 17.62 g; Sód: 7054.63 mg;				

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-01-24 sobota	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,) Ser topiony 30g 33 g (4,)	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Połędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Połędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,) Ser topiony 30g 33 g (4,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Połędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	
	II ŚN					Kefir 200g 200 szt	Galaerka owocowa 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)
	Obiad	Zupa Solferino 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, SOJ, OZ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g 90 g (1, 2, 4, 5, SOJ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka z marchwi i jabłka 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki 200g 300 g	Zupa Solferino 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, SOJ, OZ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g 90 g (1, 2, 4, 5, SOJ,) Ziemniaki 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa Solferino 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, SOJ, OZ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g 90 g (1, 2, 4, 5, SOJ,) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka z marchwi i jabłka 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki 200g 300 g	Zupa Solferino 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, SOJ, OZ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g 90 g (1, 2, 4, 5, SOJ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa Solferino 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, SOJ, OZ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g 90 g (1, 2, 4, 5, SOJ,) Ziemniaki 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	
	PD					Mandarynka 100g 100 g	Mandarynka 100g 100 g
	Kolacja	Połędwica z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Ogórek kiszony 50g 50 g	Połędwica z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Połędwica z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Połędwica z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Ogórek kiszony 50g 50 g	Połędwica z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Połędwica z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g
	PN	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Sałata 10g 10 g				Ser biały 30g 30 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)	
			Wart. energ: 2287.03 kcal; Białko og: 90.60 g; Tłuszcz: 71.60 g; Węgl. og: 335.32 g; w tym cuk.: 66.72 g; kw.tł.nasyc: 34.48 g; Błonnik: 30.44 g; Sól: 15.72 g; Sód: 6009.87 mg;	Wart. energ: 2158.39 kcal; Białko og: 95.11 g; Tłuszcz: 59.27 g; Węgl. og: 326.72 g; w tym cuk.: 57.22 g; kw.tł.nasyc: 30.73 g; Błonnik: 30.69 g; Sól: 15.67 g; Sód: 6154.39 mg;	Wart. energ: 2194.03 kcal; Białko og: 95.42 g; Tłuszcz: 51.62 g; Węgl. og: 354.76 g; w tym cuk.: 55.18 g; kw.tł.nasyc: 26.73 g; Błonnik: 35.16 g; Sól: 15.40 g; Sód: 6161.16 mg;	Wart. energ: 2221.52 kcal; Białko og: 92.84 g; Tłuszcz: 67.74 g; Węgl. og: 330.04 g; w tym cuk.: 56.33 g; kw.tł.nasyc: 33.05 g; Błonnik: 40.52 g; Sól: 14.90 g; Sód: 5795.38 mg;	Wart. energ: 2194.03 kcal; Białko og: 95.42 g; Tłuszcz: 51.62 g; Węgl. og: 354.76 g; w tym cuk.: 55.18 g; kw.tł.nasyc: 26.73 g; Błonnik: 35.16 g; Sól: 15.40 g; Sód: 6161.16 mg;

2026-01-25 niedziela	Śniadanie	Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatwą przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
		Płatki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Pasztet 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Płatki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Poledwica z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Płatki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Poledwica z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Poledwica z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Płatki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Poledwica z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	
	II ŚN			Budyń 250g 250 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Budyń 250g 250 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)		
	Obiad	Zupa rosół z makaronem 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Pierś z kurczka 70g w sosie karmelowym 100ml 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Ryż na sypko 200g 200 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	Zupa rosół z makaronem 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Pierś z kurczka 70g w sosie karmelowym 100ml 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Ryż na sypko 200g 200 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	Zupa rosół z makaronem 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Pierś z kurczka 70g w sosie karmelowym 100ml 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Ryż na sypko 200g 200 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka z czerwonej kapusty 130g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ryż na sypko 200g 200 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Zupa rosół z makaronem 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Pierś z kurczka 70g w sosie karmelowym 100ml 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Ryż na sypko 200g 200 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)		
		PD		Jabłko 130g 130 g		Jabłko 130g 130 g	
	Kolacja	Polędwica sopočka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Polędwica sopočka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Polędwica sopočka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Polędwica sopočka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Polędwica sopočka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	
		PN	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Sałata 10g 10 g		Ser topiony 30g 33 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)		
		Wart. energ: 2246.19 kcal; Białko og: 98.01 g; Tłuszcz: 74.86 g; Węgl. og: 307.05 g; w tym cuk.: 56.45 g; kw.tł.nasyc: 34.35 g; Błonnik: 23.26 g; Sól: 14.47 g; Sód: 5682.76 mg;	Wart. energ: 2064.79 kcal; Białko og: 99.71 g; Tłuszcz: 54.76 g; Węgl. og: 306.37 g; w tym cuk.: 54.27 g; kw.tł.nasyc: 28.68 g; Błonnik: 25.32 g; Sól: 14.93 g; Sód: 5865.91 mg;	Wart. energ: 2100.43 kcal; Białko og: 100.02 g; Tłuszcz: 47.11 g; Węgl. og: 334.41 g; w tym cuk.: 52.23 g; kw.tł.nasyc: 24.68 g; Błonnik: 29.79 g; Sól: 14.66 g; Sód: 5872.68 mg;	Wart. energ: 2081.61 kcal; Białko og: 101.74 g; Tłuszcz: 63.47 g; Węgl. og: 291.09 g; w tym cuk.: 67.58 g; kw.tł.nasyc: 33.18 g; Błonnik: 30.57 g; Sól: 14.13 g; Sód: 5655.68 mg;	Wart. energ: 2100.43 kcal; Białko og: 100.02 g; Tłuszcz: 47.11 g; Węgl. og: 334.41 g; w tym cuk.: 52.23 g; kw.tł.nasyc: 24.68 g; Błonnik: 29.79 g; Sól: 14.66 g; Sód: 5872.68 mg;	Wart. energ: 2302.89 kcal; Białko og: 103.98 g; Tłuszcz: 49.65 g; Węgl. og: 376.59 g; w tym cuk.: 84.13 g; kw.tł.nasyc: 25.92 g; Błonnik: 32.42 g; Sól: 14.79 g; Sód: 5920.50 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna	
2026-01-26 poniedziałek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml 350 ml (1, 2, 4,) Pata twarogowa z koperkiem 90g 90 g (4,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Zacierka na mleku 350 ml 350 ml (1, 2, 4,) Pata twarogowa z koperkiem 90g 90 g (4,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Zacierka na mleku 350 ml 350 ml (1, 2, 4,) Pata twarogowa z koperkiem 90g 90 g (4,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Pata twarogowa z koperkiem 90g 90 g (4,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Zacierka na mleku 350 ml 350 ml (1, 2, 4,) Pata twarogowa z koperkiem 90g 90 g (4,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g		
	II ŚN					Krakersy 30 g 30 g (1, 2, 4, 11, SOJ, OZ,)		Ciastka 40g 40 g (1, 2, 4, 11, 12, OZ,)
	Obiad	Zupa kapuśniak 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Kotlet mielony wieprzowy 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki 200g 300 g Surówka z warzyw mieszanych 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,)	Zupa ziemniaczana 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Pulpet wieprzowy gotowany 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki 200g 300 g Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,)	Zupa ziemniaczana 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Pulpet wieprzowy gotowany 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki 200g 300 g Surówka z warzyw mieszanych 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,)	Zupa ziemniaczana 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Pulpet wieprzowy gotowany 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki 200g 300 g Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,)			
	PD					Jabłko 130g 130 g		Jabłko 130g 130 g
	Kolacja	Kielbasa żywiecka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Papryka 70g 70 g Sałata 10g 10 g	Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (1, 4,) Papryka 70g 70 g Sałata 10g 10 g	Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g		
	PN	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Sałata 10g 10 g				Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)		
		Wart. energ: 2511.01 kcal; Białko og: 103.12 g; Tłuszcz: 88.63 g; Węgl. og: 342.81 g; w tym cuk.: 67.99 g; kw.tł.nasyc: 37.30 g; Błonnik: 35.03 g; Sól: 16.32 g; Sód: 6420.72 mg;		Wart. energ: 2227.34 kcal; Białko og: 98.59 g; Tłuszcz: 62.86 g; Węgl. og: 333.26 g; w tym cuk.: 60.05 g; kw.tł.nasyc: 32.50 g; Błonnik: 32.71 g; Sól: 16.09 g; Sód: 6327.90 mg;		Wart. energ: 2262.98 kcal; Białko og: 98.90 g; Tłuszcz: 55.21 g; Węgl. og: 361.30 g; w tym cuk.: 58.01 g; kw.tł.nasyc: 28.50 g; Błonnik: 37.18 g; Sól: 15.82 g; Sód: 6334.67 mg;		Wart. energ: 2089.44 kcal; Białko og: 93.50 g; Tłuszcz: 59.68 g; Węgl. og: 313.67 g; w tym cuk.: 56.36 g; kw.tł.nasyc: 29.83 g; Błonnik: 39.34 g; Sól: 15.72 g; Sód: 6180.38 mg;
	Wart. energ: 2262.98 kcal; Białko og: 98.90 g; Tłuszcz: 55.21 g; Węgl. og: 361.30 g; w tym cuk.: 58.01 g; kw.tł.nasyc: 28.50 g; Błonnik: 37.18 g; Sól: 15.82 g; Sód: 6334.67 mg;		Wart. energ: 2472.07 kcal; Białko og: 98.21 g; Tłuszcz: 63.17 g; Węgl. og: 397.67 g; w tym cuk.: 76.91 g; kw.tł.nasyc: 31.83 g; Błonnik: 40.22 g; Sól: 15.75 g; Sód: 6302.41 mg;					

2026-01-27 wtorek

	Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Jajko 1sz/50g 50 g (2,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Ogórek świeży 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Kasza manna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Jajko 1sz/50g 50 g (2,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Kasza manna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Polędwica z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Jajko 1sz/50g 50 g (2,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Ogórek świeży 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Kasza manna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Jajko 1sz/50g 50 g (2,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	
II i SN				Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (4,)		Jogurt owocowy 1szt 2 szt (4, 8,)
Obiad	Zupa koperkowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Risotto mięsno-warzywne 300g 300 g (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) Sos pomidorowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 12, OZ, SOJ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Sos pomidorowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 12, OZ, SOJ,) Bułka 90g 1 szt (1, 2, 4, SOJ,)	Zupa koperkowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Risotto mięsno-warzywne 300g 300 g (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) Sos pomidorowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 12, OZ, SOJ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,)	Zupa koperkowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Risotto mięsno-warzywne 300g 300 g (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Sos pomidorowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 12, OZ, SOJ,)	Zupa koperkowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Risotto mięsno-warzywne 300g 300 g (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Sos pomidorowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 12, OZ, SOJ,)	Zupa koperkowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Risotto mięsno-warzywne 300g 300 g (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) Sos pomidorowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 12, OZ, SOJ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,)	
PD				Mandarynka 100g 100 g		Mandarynka 100g 100 g
Kolacja	Mielonka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Sałata 10g 10 g Rzodkiewka 100g 100 g	Galaretką z drobiu z warzywami 100g 100 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Sałata 10g 10 g Rzodkiewka 100g 100 g	Galaretką z drobiu z warzywami 100g 100 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Galaretką z drobiu z warzywami 100g 100 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (1, 4,) Sałata 10g 10 g Rzodkiewka 100g 100 g	Galaretką z drobiu z warzywami 100g 100 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Sałata 10g 10 g Rzodkiewka 100g 100 g	
PN	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Sałata 10g 10 g			Ser żółty 20g 30 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)		
	Wart. energ: 2383.34 kcal; Białko og: 97.14 g; Tłuszcz: 72.85 g; Węgl. og: 350.85 g; w tym cuk.: 49.10 g; kw.tł.nasyc: 30.13 g; Błonnik: 31.23 g; Sól: 20.49 g; Sód: 7916.56 mg;	Wart. energ: 2113.74 kcal; Białko og: 88.02 g; Tłuszcz: 63.71 g; Węgl. og: 307.23 g; w tym cuk.: 48.20 g; kw.tł.nasyc: 29.90 g; Błonnik: 21.74 g; Sól: 22.30 g; Sód: 8638.37 mg;	Wart. energ: 2108.98 kcal; Białko og: 91.09 g; Tłuszcz: 50.31 g; Węgl. og: 335.51 g; w tym cuk.: 47.20 g; kw.tł.nasyc: 25.35 g; Błonnik: 26.31 g; Sól: 17.49 g; Sód: 6999.94 mg;	Wart. energ: 1956.73 kcal; Białko og: 89.35 g; Tłuszcz: 64.37 g; Węgl. og: 268.91 g; w tym cuk.: 41.74 g; kw.tł.nasyc: 31.51 g; Błonnik: 29.99 g; Sól: 21.44 g; Sód: 8407.18 mg;	Wart. energ: 2149.38 kcal; Białko og: 88.33 g; Tłuszcz: 56.06 g; Węgl. og: 335.27 g; w tym cuk.: 46.16 g; kw.tł.nasyc: 25.90 g; Błonnik: 26.21 g; Sól: 22.03 g; Sód: 8645.14 mg;	Wart. energ: 2245.43 kcal; Białko og: 87.65 g; Tłuszcz: 56.15 g; Węgl. og: 361.38 g; w tym cuk.: 65.47 g; kw.tł.nasyc: 27.42 g; Błonnik: 27.81 g; Sól: 20.50 g; Sód: 8027.76 mg;

2026-01-28 środa	Śniadanie	Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
		Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Kielbasa podwawelska 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,) Musztarda 20g 20 g (6,)	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Szyunka wieprzowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Szyunka wieprzowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	Szyunka wieprzowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Szyunka wieprzowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	
	II ŚN				Serek wiejski 1 szt 1 szt Serek wiejski 1 szt 1 szt		Serek wiejski 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa barszcz biały z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Kotlet panierowany ze schabu 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka C oleślaw 130g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) ziemniaki 200g 300 g	Zupa barszcz biały z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Schab gotowany 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Ziemniaki 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	Zupa makaronowa 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Schab gotowany 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Ziemniaki 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	Zupa barszcz biały z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Schab gotowany 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka C oleślaw 130g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki 200g 300 g	Zupa barszcz biały z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Schab gotowany 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Ziemniaki 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	
	PD				Jabłko 130g 130 g		Jabłko 130g 130 g
	Kolacja	Szyunkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Ogórek kiszony 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Szyunkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	Szyunkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	Szyunkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (1, 4,) Ogórek kiszony 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Szyunkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	Szyunkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g
	PN	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Salata 10g 10 g			Ser biały 30g 30 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)		
		Wart. energ: 2420.74 kcal; Białko og: 93.17 g; Tłuszcz: 90.76 g; Węgl. og: 321.47 g; w tym cuk.: 59.04 g; kw.tł.nasyc: 35.11 g; Błonnik: 26.82 g; Sól: 17.73 g; Sód: 6986.25 mg;	Wart. energ: 2087.10 kcal; Białko og: 91.42 g; Tłuszcz: 62.02 g; Węgl. og: 305.65 g; w tym cuk.: 55.73 g; kw.tł.nasyc: 31.61 g; Błonnik: 28.78 g; Sól: 15.84 g; Sód: 6236.44 mg;	Wart. energ: 2212.03 kcal; Białko og: 93.94 g; Tłuszcz: 53.30 g; Węgl. og: 357.08 g; w tym cuk.: 54.48 g; kw.tł.nasyc: 26.90 g; Błonnik: 35.21 g; Sól: 15.58 g; Sód: 6248.08 mg;	Wart. energ: 2139.89 kcal; Białko og: 115.08 g; Tłuszcz: 72.62 g; Węgl. og: 273.58 g; w tym cuk.: 58.22 g; kw.tł.nasyc: 34.83 g; Błonnik: 34.61 g; Sól: 18.00 g; Sód: 7207.40 mg;	Wart. energ: 2122.74 kcal; Białko og: 91.73 g; Tłuszcz: 54.37 g; Węgl. og: 333.69 g; w tym cuk.: 53.69 g; kw.tł.nasyc: 27.61 g; Błonnik: 33.25 g; Sól: 15.57 g; Sód: 6243.21 mg;	Wart. energ: 2257.63 kcal; Białko og: 101.14 g; Tłuszcz: 57.19 g; Węgl. og: 352.80 g; w tym cuk.: 69.69 g; kw.tł.nasyc: 29.05 g; Błonnik: 35.85 g; Sól: 16.42 g; Sód: 6580.55 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-01-29 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Pasta z makreli 70g 70 g (2, 3, 4, 6, SKO,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Ogórek świeży 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Platki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Poledwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	Platki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Poledwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	Pasta z makreli 70g 70 g (2, 3, 4, 6, SKO,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Ogórek świeży 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Platki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Poledwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	
	II ŚN	Serek kanapkowy 1/2 szt 0,5 szt (4,)			Pieczywo chrupkie 10g 10 g Serek kanapkowy 1/2 szt 0,5 szt (4,)		mus owocowo-warzywny 1 szt
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Potrawka wieprzowa 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Buraczki got 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Kasza jęczmienna 200g 200 g (1, 4, 5, 6,)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Potrawka wieprzowa 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Kasza jęczmienna 200g 200 g (1, 4, 5, 6,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Buraczki got 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Kasza jęczmienna 200g 200 g (1, 4, 5, 6,)	Zupa ziemniaczana 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Potrawka wieprzowa 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Kasza jęczmienna 200g 200 g (1, 4, 5, 6,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Buraczki got 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Kasza jęczmienna 200g 200 g (1, 4, 5, 6,)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Potrawka wieprzowa 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Buraczki got 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Kasza jęczmienna 200g 200 g (1, 4, 5, 6,)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Potrawka wieprzowa 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Kasza jęczmienna 200g 200 g (1, 4, 5, 6,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Buraczki got 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Kasza jęczmienna 200g 200 g (1, 4, 5, 6,)	
	PD				Jabłko 130g 130 g		Jabłko 130g 130 g
	Kolacja	Ser żółty 30g 30 g (4,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Poledwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	Poledwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	Ser żółty 30g 30 g (4,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,) Salata 10g 10 g	Poledwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	Ser żółty 30g 30 g (4,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)
	PN	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Salata 10g 10 g			Ser topiony 30g 33 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)		
		Wart. energ: 2567.21 kcal; Białko og: 106.84 g; Tłuszcz: 102.30 g; Węgl. og: 318.65 g; w tym cuk.: 60.76 g; kw.tł.nasyc: 43.18 g; Błonnik: 27.58 g; Sól: 20.63 g; Sód: 7977.00 mg;	Wart. energ: 2181.76 kcal; Białko og: 92.43 g; Tłuszcz: 67.63 g; Węgl. og: 314.45 g; w tym cuk.: 58.46 g; kw.tł.nasyc: 32.86 g; Błonnik: 27.05 g; Sól: 18.01 g; Sód: 7092.50 mg;	Wart. energ: 2232.51 kcal; Białko og: 92.83 g; Tłuszcz: 59.97 g; Węgl. og: 346.34 g; w tym cuk.: 56.65 g; kw.tł.nasyc: 28.85 g; Błonnik: 31.71 g; Sól: 17.04 g; Sód: 6820.14 mg;	Wart. energ: 2417.16 kcal; Białko og: 102.47 g; Tłuszcz: 104.00 g; Węgl. og: 285.26 g; w tym cuk.: 53.06 g; kw.tł.nasyc: 45.89 g; Błonnik: 35.88 g; Sól: 19.96 g; Sód: 7820.44 mg;	Wart. energ: 2217.40 kcal; Białko og: 92.74 g; Tłuszcz: 59.98 g; Węgl. og: 342.49 g; w tym cuk.: 56.42 g; kw.tł.nasyc: 28.86 g; Błonnik: 31.52 g; Sól: 17.74 g; Sód: 7099.27 mg;	Wart. energ: 2322.99 kcal; Białko og: 89.46 g; Tłuszcz: 66.33 g; Węgl. og: 358.96 g; w tym cuk.: 69.15 g; kw.tł.nasyc: 30.90 g; Błonnik: 34.12 g; Sól: 17.81 g; Sód: 6960.01 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa		Dziecięca łatwostrawna	
2026-01-30 piątek	Śniadanie	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4), Jajko 1sz/50g 50 g (2), Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ), Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9), Dżem 40g 40 g	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4), Jajko 1sz/50g 50 g (2), Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ), Pomidor 50g 50 g (9), Sałata 10g 10 g Dżem 40g 40 g	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4), Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6), Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ), Pomidor b/skóry 50g 50 g (9), Sałata 10g 10 g Dżem 40g 40 g	Jajko 1sz/50g 50 g (2), Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ), Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9), Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6)	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4), Jajko 1sz/50g 50 g (2), Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ), Pomidor 50g 50 g (9), Sałata 10g 10 g Dżem 40g 40 g			
	II ŚN					Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (4)			Jogurt owocowy 1szt 2 szt (4, 8)
	Obiad	Zupa barszcz ukraiński 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ), Śledź w śmietanie 1sz/100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ, SKO), Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ), Ziemniaki 200g 300 g	Zupa ziemniaczana 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ), Filet z miruny opiekana 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 12, OZ, SKO, SOJ), Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ), Ziemniaki 200g 300 g	Zupa barszcz ukraiński 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ), Łopatka wieprzowa gotowana 100g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ), Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ)	Zupa barszcz ukraiński 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ), Łopatka wieprzowa gotowana 100g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ), Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ)	Zupa ziemniaczana 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ), Filet z miruny opiekana 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 12, OZ, SKO, SOJ), Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ), Ziemniaki 200g 300 g			
	PD					Jabłko 130g 130 g			Jabłko 130g 130 g
	Kolacja	Ser biały 90g 90 g (4), Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4), Rzodkiewka 100g 100 g Sałata 10g 10 g	Ser biały 90g 90 g (4), Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4), Pomidor b/skóry 50g 50 g (9), Sałata 10g 10 g	Ser biały 90g 90 g (4), Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (1, 4), Rzodkiewka 100g 100 g Sałata 10g 10 g	Ser biały 90g 90 g (4), Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4), Rzodkiewka 100g 100 g Sałata 10g 10 g	Ser biały 90g 90 g (4), Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4), Rzodkiewka 100g 100 g Sałata 10g 10 g	Ser biały 90g 90 g (4), Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ), Rzodkiewka 100g 100 g Sałata 10g 10 g		
	PN	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6), Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ), Mix tłuszczowy 7g 7 g (4), Sałata 10g 10 g					Pomidor 50g 50 g (9), Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4), Mix tłuszczowy 7g 7 g (4)		
		Wart. energ: 1892.31 kcal; Białko og: 82.54 g; Tłuszcz: 71.55 g; Węgl. og: 240.14 g; w tym cuk.: 89.01 g; kw.tł.nasyc: 34.59 g; Błonnik: 21.98 g; Sól: 28.34 g; Sód: 11226.06 mg;	Wart. energ: 1543.81 kcal; Białko og: 70.71 g; Tłuszcz: 49.61 g; Węgl. og: 211.45 g; w tym cuk.: 73.17 g; kw.tł.nasyc: 27.83 g; Błonnik: 16.01 g; Sól: 15.22 g; Sód: 5986.41 mg;	Wart. energ: 1366.65 kcal; Białko og: 63.82 g; Tłuszcz: 39.67 g; Węgl. og: 195.93 g; w tym cuk.: 73.77 g; kw.tł.nasyc: 22.43 g; Błonnik: 14.98 g; Sól: 9.99 g; Sód: 3843.98 mg;	Wart. energ: 1226.67 kcal; Białko og: 71.50 g; Tłuszcz: 57.12 g; Węgl. og: 115.53 g; w tym cuk.: 51.31 g; kw.tł.nasyc: 29.91 g; Błonnik: 18.26 g; Sól: 12.03 g; Sód: 4649.54 mg;	Wart. energ: 1379.45 kcal; Białko og: 65.62 g; Tłuszcz: 41.16 g; Węgl. og: 193.89 g; w tym cuk.: 72.73 g; kw.tł.nasyc: 23.91 g; Błonnik: 14.88 g; Sól: 14.61 g; Sód: 5855.18 mg;	Wart. energ: 1535.34 kcal; Białko og: 70.13 g; Tłuszcz: 42.68 g; Węgl. og: 226.10 g; w tym cuk.: 96.43 g; kw.tł.nasyc: 24.53 g; Błonnik: 18.08 g; Sól: 14.75 g; Sód: 5906.52 mg;		

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-01-31 sobota	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Ser topiony 30g 33 g (4,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Ogórek kiszony 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,) Cwikła z chrzanem 20g 20 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Ogórek kiszony 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,) Ser topiony 30g 33 g (4,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	
	II ŚN				Kisiel 250ml 250 g (1, 12,)		Kisiel 250ml 250 g (1, 12,)
	Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Łopátka w ieprzoawa pieczona 70g/sos 100g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka z warzyw mieszanych 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) ziemniaki 200g 300 g	Zupa kalafiorowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Łopátka w ieprzowa gotowana 70g w sosie 100g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) ziemniaki 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa kalafiorowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Łopátka w ieprzowa gotowana 70g w sosie 100g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka z warzyw mieszanych 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) ziemniaki 200g 300 g	Zupa kalafiorowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Łopátka w ieprzowa gotowana 70g w sosie 100g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka z warzyw mieszanych 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) ziemniaki 200g 300 g	Zupa kalafiorowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Łopátka w ieprzowa gotowana 70g w sosie 100g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) ziemniaki 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	
	PD				Jabłko 130g 130 g		Jabłko 130g 130 g
	Kolacja	Polędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Polędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Polędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Polędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Polędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Polędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g
	PN	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Sałata 10g 10 g			Ser biały 30g 30 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)		
		Wart. energ: 1676.63 kcal; Białko og: 77.88 g; Tłuszcz: 68.15 g; Węgl. og: 198.72 g; w tym cuk.: 57.55 g; kw.tł.nasyc: 34.63 g; Błonnik: 21.39 g; Sól: 14.82 g; Sód: 5663.94 mg;	Wart. energ: 1593.34 kcal; Białko og: 80.36 g; Tłuszcz: 57.93 g; Węgl. og: 199.27 g; w tym cuk.: 53.57 g; kw.tł.nasyc: 30.45 g; Błonnik: 22.77 g; Sól: 14.07 g; Sód: 5526.56 mg;	Wart. energ: 1428.98 kcal; Białko og: 75.27 g; Tłuszcz: 49.48 g; Węgl. og: 181.71 g; w tym cuk.: 53.13 g; kw.tł.nasyc: 26.53 g; Błonnik: 21.64 g; Sól: 13.46 g; Sód: 5395.33 mg;	Wart. energ: 1504.59 kcal; Białko og: 71.03 g; Tłuszcz: 60.96 g; Węgl. og: 179.21 g; w tym cuk.: 65.06 g; kw.tł.nasyc: 32.77 g; Błonnik: 22.77 g; Sól: 13.14 g; Sód: 5106.20 mg;	Wart. energ: 1428.98 kcal; Białko og: 75.27 g; Tłuszcz: 49.48 g; Węgl. og: 181.71 g; w tym cuk.: 53.13 g; kw.tł.nasyc: 26.53 g; Błonnik: 21.64 g; Sól: 13.46 g; Sód: 5395.33 mg;	Wart. energ: 1534.48 kcal; Białko og: 72.41 g; Tłuszcz: 48.00 g; Węgl. og: 215.42 g; w tym cuk.: 79.38 g; kw.tł.nasyc: 25.39 g; Błonnik: 24.26 g; Sól: 13.39 g; Sód: 5364.71 mg;

Oznaczenia alergenów:

- 1 - *Zboża zawierające gluten,*
- 2 - *Jaja i pochodne,*
- 3 - *Ryby i pochodne,*
- 4 - *Mleko i pochodne,*
- 5 - *Seler i pochodne,*
- 6 - *Gorczyca i pochodne,*
- 7 - *Miód,*
- 8 - *Truskawki,*
- 9 - *Pomidory i przetwory,*
- 10 - *Kakao i prod. czekoladopochodne,*
- 11 - *Nasiona sezamu i pochodne,*
- 12 - *Orzechy,*

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wart. energ - Wartość energetyczna[kcal],
Białko og - Białko ogółem,
Sód - Sód,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węgl. og - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
kw.tł.nasyc - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik - Błonnik pokarmowy,
w tym cuk. - suma cukrów prostych,