

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-02-11 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 2, 4, 5, 6,) Kielbasa podwawelska 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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,) Musztarda 20g 20 g (6,)	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Szynka wieprzowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Szynka wieprzowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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	Szynka wieprzowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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,)	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Szynka wieprzowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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				Serek wiejski 1 szt 1 szt		Serek wiejski 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa rosół z makaronem 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Udko z kurczaka pieczone 120g 120 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Marchewka z groszkiem 130g 130 g (1, 4,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g	Zupa rosół z makaronem 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Udko z kurczaka gotowane 120g 120 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa rosół z makaronem 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Udko z kurczaka gotowane 120g 120 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Marchewka z groszkiem 130g 130 g (1, 4,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g	Zupa rosół z makaronem 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Udko z kurczaka gotowane 120g 120 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Ziemniaki gotowane 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	Ser żółty 30g 30 g (4,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Ogórek kiszony 50g 50 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pomidor 50g 50 g (9,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Kielbasa krakowska 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Kielbasa krakowska 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (1, 4,) Ogórek kiszony 50g 50 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pomidor 50g 50 g (9,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Kielbasa krakowska 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Poledwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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			Ser biały 30g 30 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)		
		Wart. energ: 2321.78 kcal; Białko og: 112.13 g; Tłuszcz: 77.59 g; Węgl. og: 303.73 g; w tym cuk.: 52.74 g; kw.tł.nasyc: 32.59 g; Błonnik: 25.02 g; Sól: 18.28 g; Sód: 6872.52 mg;	Wart. energ: 2160.49 kcal; Białko og: 108.54 g; Tłuszcz: 67.27 g; Węgl. og: 289.88 g; w tym cuk.: 52.15 g; kw.tł.nasyc: 30.48 g; Błonnik: 23.35 g; Sól: 16.98 g; Sód: 6690.75 mg;	Wart. energ: 2196.13 kcal; Białko og: 108.85 g; Tłuszcz: 59.62 g; Węgl. og: 317.92 g; w tym cuk.: 50.11 g; kw.tł.nasyc: 26.48 g; Błonnik: 27.82 g; Sól: 16.71 g; Sód: 6697.52 mg;	Wart. energ: 2079.68 kcal; Białko og: 120.72 g; Tłuszcz: 68.34 g; Węgl. og: 258.99 g; w tym cuk.: 46.59 g; kw.tł.nasyc: 31.27 g; Błonnik: 33.18 g; Sól: 18.11 g; Sód: 6915.66 mg;	Wart. energ: 2196.13 kcal; Białko og: 108.85 g; Tłuszcz: 59.62 g; Węgl. og: 317.92 g; w tym cuk.: 50.11 g; kw.tł.nasyc: 26.48 g; Błonnik: 27.82 g; Sól: 16.71 g; Sód: 6697.52 mg;	Wart. energ: 2220.02 kcal; Białko og: 113.70 g; Tłuszcz: 51.88 g; Węgl. og: 337.57 g; w tym cuk.: 66.11 g; kw.tł.nasyc: 24.32 g; Błonnik: 30.42 g; Sól: 16.96 g; Sód: 6791.26 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-02-12 czwartek	Śniadanie	Płatki 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, SOJ,) 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 sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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 sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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	Pasta z makreli 70g 70 g (2, 3, 4, 6, SKO,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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 sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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				Pieczywo chrupkie 10g 10 g Ser biały 50g 50 g (4,)		mus owocowo-warzywny 1 szt
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Strogonoff wieprzowy 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 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,) 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,) Buraczki got 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	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,) Buraczki got 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) 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,) 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,) 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,) Buraczki got 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	
	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, SOJ,) 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 pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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, SOJ,) 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	Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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	Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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, SOJ,) 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 topiony 30g 33 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)		
		Wart. energ: 2527.65 kcal; Białko og: 102.78 g; Tłuszcz: 99.12 g; Węgl. og: 320.69 g; w tym cuk.: 63.00 g; kw.tł.nasyc: 40.71 g; Błonnik: 29.04 g; Sól: 21.04 g; Sód: 8314.95 mg;	Wart. energ: 2191.16 kcal; Białko og: 88.24 g; Tłuszcz: 69.19 g; Węgl. og: 318.16 g; w tym cuk.: 61.12 g; kw.tł.nasyc: 34.46 g; Błonnik: 28.31 g; Sól: 18.81 g; Sód: 7421.60 mg;	Wart. energ: 2241.91 kcal; Białko og: 88.64 g; Tłuszcz: 61.53 g; Węgl. og: 304.05 g; w tym cuk.: 59.31 g; kw.tł.nasyc: 30.45 g; Błonnik: 32.97 g; Sól: 17.84 g; Sód: 7149.24 mg;	Wart. energ: 2332.86 kcal; Białko og: 101.32 g; Tłuszcz: 94.53 g; Węgl. og: 287.21 g; w tym cuk.: 55.54 g; kw.tł.nasyc: 42.42 g; Błonnik: 36.89 g; Sól: 20.58 g; Sód: 8239.14 mg;	Wart. energ: 2226.80 kcal; Białko og: 88.55 g; Tłuszcz: 61.54 g; Węgl. og: 346.20 g; w tym cuk.: 59.08 g; kw.tł.nasyc: 30.46 g; Błonnik: 32.78 g; Sól: 18.54 g; Sód: 7428.37 mg;	Wart. energ: 2260.69 kcal; Białko og: 85.66 g; Tłuszcz: 60.06 g; Węgl. og: 362.01 g; w tym cuk.: 71.78 g; kw.tł.nasyc: 29.32 g; Błonnik: 35.38 g; Sól: 18.44 g; Sód: 7385.71 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-02-13 piątek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Jajko 1sz/50g 50 g (2) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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,) Dżem 40g 40 g	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Jajko 1sz/50g 50 g (2) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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 Dżem 40g 40 g	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Ser żółty 30g 30 g (4,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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 Dżem 40g 40 g	Jajko 1sz/50g 50 g (2) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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,) Ser żółty 30g 30 g (4,) Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (4,)	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Jajko 1sz/50g 50 g (2) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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 Dżem 40g 40 g	Jogurt owocowy 1szt 2 szt (4, 8,)
	II ŚN						
	Obiad	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Pierogi leniwe 300g 300 g (1, 2, 4, SOJ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Jabłko 130g 130 g	Zupa ziemniaczana 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Pierogi leniwe 300g 300 g (1, 2, 4, SOJ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Jabłko 130g 130 g	Zupa ziemniaczana 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Pierogi leniwe 300g 300 g (1, 2, 4, SOJ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Brokuł gotowany 130g 150 g (1, 2, 4, SOJ,) Jabłko 130g 130 g	Zupa ziemniaczana 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Pierogi leniwe 300g 300 g (1, 2, 4, SOJ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Jabłko 130g 130 g	Jabłko 130g 130 g	
	PD						
	Kolacja	Ser biały 90g 90 g (4,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Rzodkiewka 100g 100 g Salata 10g 10 g	Ser biały 90g 90 g (4,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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 biały 90g 90 g (4,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (1, 4,) Rzodkiewka 100g 100 g Salata 10g 10 g	Ser biały 90g 90 g (4,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Rzodkiewka 100g 100 g Salata 10g 10 g	Ser biały 90g 90 g (4,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Rzodkiewka 100g 100 g 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 7g (4,) Salata 10g 10 g					
		Wart. energ: 2570.21 kcal; Białko og: 96.51 g; Tłuszcz: 72.42 g; Węgl. og: 399.76 g; w tym cuk.: 106.63 g; kw.tł.nasyc: 39.94 g; Błonnik: 33.56 g; Sól: 14.60 g; Sód: 5725.49 mg;	Wart. energ: 2554.94 kcal; Białko og: 95.74 g; Tłuszcz: 72.36 g; Węgl. og: 396.27 g; w tym cuk.: 97.89 g; kw.tł.nasyc: 39.91 g; Błonnik: 32.39 g; Sól: 14.50 g; Sód: 5682.00 mg;	Wart. energ: 2556.88 kcal; Białko og: 97.90 g; Tłuszcz: 66.27 g; Węgl. og: 409.48 g; w tym cuk.: 84.31 g; kw.tł.nasyc: 38.49 g; Błonnik: 34.36 g; Sól: 9.85 g; Sód: 3944.37 mg;	Wart. energ: 2032.98 kcal; Białko og: 95.15 g; Tłuszcz: 67.37 g; Węgl. og: 279.14 g; w tym cuk.: 52.55 g; kw.tł.nasyc: 35.10 g; Błonnik: 36.17 g; Sól: 17.00 g; Sód: 6798.75 mg;	Wart. energ: 2590.58 kcal; Białko og: 96.05 g; Tłuszcz: 64.71 g; Węgl. og: 424.31 g; w tym cuk.: 95.85 g; kw.tł.nasyc: 35.91 g; Błonnik: 36.86 g; Sól: 14.23 g; Sód: 5688.77 mg;	Wart. energ: 2746.47 kcal; Białko og: 100.56 g; Tłuszcz: 66.23 g; Węgl. og: 456.52 g; w tym cuk.: 119.55 g; kw.tł.nasyc: 36.53 g; Błonnik: 40.06 g; Sól: 14.37 g; Sód: 5740.11 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-02-14 sobota	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Ser topiony 30g 33 g (4,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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,)	Kasza manna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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 manna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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	Ser topiony 30g 33 g (4,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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,)	Kasza manna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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 b/cukru 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,) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g 90 g (1, 2, 4, 5, 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 gotowane 200g 300 g	Zupa kalafiorowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g 90 g (1, 2, 4, 5, SOJ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	Zupa kalafiorowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 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 warzyw mieszanych 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g	Zupa kalafiorowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 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 warzyw mieszanych 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g	Zupa kalafiorowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g 90 g (1, 2, 4, 5, SOJ,) Ziemniaki gotowane 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	Południca z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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	Południca z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Południca z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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	Południca z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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	Południca z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Południca z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)		
		Wart. energ: 2241.61 kcal; Białko og: 93.28 g; Tłuszcz: 69.03 g; Węgl. og: 326.73 g; w tym cuk.: 59.23 g; kw.tł.nasyc: 34.84 g; Błonnik: 29.28 g; Sól: 16.76 g; Sód: 6429.76 mg;	Wart. energ: 2207.15 kcal; Białko og: 92.76 g; Tłuszcz: 66.18 g; Węgl. og: 325.56 g; w tym cuk.: 56.76 g; kw.tł.nasyc: 32.96 g; Błonnik: 30.01 g; Sól: 16.44 g; Sód: 6469.60 mg;	Wart. energ: 2242.79 kcal; Białko og: 93.07 g; Tłuszcz: 58.53 g; Węgl. og: 353.60 g; w tym cuk.: 54.72 g; kw.tł.nasyc: 28.96 g; Błonnik: 34.48 g; Sól: 16.17 g; Sód: 6476.37 mg;	Wart. energ: 2070.85 kcal; Białko og: 90.08 g; Tłuszcz: 64.81 g; Węgl. og: 300.58 g; w tym cuk.: 61.83 g; kw.tł.nasyc: 33.37 g; Błonnik: 38.14 g; Sól: 15.35 g; Sód: 5977.67 mg;	Wart. energ: 2242.79 kcal; Białko og: 93.07 g; Tłuszcz: 58.53 g; Węgl. og: 353.60 g; w tym cuk.: 54.72 g; kw.tł.nasyc: 28.96 g; Błonnik: 34.48 g; Sól: 16.17 g; Sód: 6476.37 mg;	Wart. energ: 2348.29 kcal; Białko og: 90.21 g; Tłuszcz: 57.05 g; Węgl. og: 387.31 g; w tym cuk.: 80.97 g; kw.tł.nasyc: 27.82 g; Błonnik: 37.10 g; Sól: 16.10 g; Sód: 6445.75 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-02-15 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Pasztecik 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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,) Połędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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,) Połędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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	Półędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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,) Połędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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	Galaertka owocowa 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)
	Obiad	Zupa manna na rosół 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Pierś z kurczaka 70g w sosie karmelowym 100ml 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, 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,) Ryż na sypko 200g 200 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Zupa manna na rosół 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Pierś z kurczaka 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,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa manna na rosół 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Pierś z kurczaka 70g w sosie karmelowym 100ml 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, 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,) Ryż na sypko 200g 200 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Zupa manna na rosół 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Pierś z kurczaka 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,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa manna na rosół 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Pierś z kurczaka 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,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	
	PD					Jabłko 130g 130 g	Jabłko 130g 130 g
	Kolacja	Pasztecik 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Półędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Półędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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	Półędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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	Półędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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				Ser topiony 30g 33 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)	
		Wart. energ: 2395.77 kcal; Białko og: 92.64 g; Tłuszcz: 90.46 g; Węgl. og: 315.08 g; w tym cuk.: 63.32 g; kw.tł.nasyc: 40.35 g; Błonnik: 24.19 g; Sól: 13.46 g; Sód: 5278.21 mg;	Wart. energ: 2030.69 kcal; Białko og: 97.65 g; Tłuszcz: 54.19 g; Węgl. og: 300.61 g; w tym cuk.: 53.57 g; kw.tł.nasyc: 28.55 g; Błonnik: 24.07 g; Sól: 14.90 g; Sód: 5850.96 mg;	Wart. energ: 2066.33 kcal; Białko og: 97.96 g; Tłuszcz: 46.54 g; Węgl. og: 328.65 g; w tym cuk.: 51.53 g; kw.tł.nasyc: 24.55 g; Błonnik: 28.54 g; Sól: 14.63 g; Sód: 5857.73 mg;	Wart. energ: 2081.22 kcal; Białko og: 96.59 g; Tłuszcz: 59.08 g; Węgl. og: 307.77 g; w tym cuk.: 55.11 g; kw.tł.nasyc: 30.70 g; Błonnik: 34.28 g; Sól: 13.73 g; Sód: 5494.95 mg;	Wart. energ: 2066.33 kcal; Białko og: 97.96 g; Tłuszcz: 46.54 g; Węgl. og: 328.65 g; w tym cuk.: 51.53 g; kw.tł.nasyc: 24.55 g; Błonnik: 28.54 g; Sól: 14.63 g; Sód: 5857.73 mg;	Wart. energ: 2115.47 kcal; Białko og: 95.37 g; Tłuszcz: 45.06 g; Węgl. og: 347.71 g; w tym cuk.: 64.23 g; kw.tł.nasyc: 23.41 g; Błonnik: 31.14 g; Sól: 14.54 g; Sód: 5815.07 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna	
2026-02-16 poniedziałek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml 350 ml (1, 2, 4,) Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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,) Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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,) Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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	Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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,) Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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 krupnik 350 ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Schab gotowany 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Mięta 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,) Sałatka z ogórka kiszzonego 130g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Sos musztardowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Zupa krupnik 350 ml 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 gotowane 200g 300 g Mięta 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,) Sos musztardowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Zupa krupnik 350 ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Schab gotowany 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Schab gotowany 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Mięta 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,) Mięta b/cukru 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,) Sałatka z ogórka kiszzonego 130g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Sos musztardowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Zupa krupnik 350 ml 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 gotowane 200g 300 g Mięta 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,) Sos musztardowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)			
	PD					Jabłko 130g 130 g		Jabłko 130g 130 g
	Kolacja	Twarożek 90g 90 g (4,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 100g 100 g (9,) Sałata 10g 10 g	Twarożek 90g 90 g (4,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Twarożek 90g 90 g (4,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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	Twarożek 90g 90 g (4,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 100g 100 g (9,) Sałata 10g 10 g	Twarożek 90g 90 g (4,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Twarożek 90g 90 g (4,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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				Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)		
		Wart. energ: 2264.52 kcal; Białko og: 98.78 g; Tłuszcz: 63.84 g; Węgl. og: 338.89 g; w tym cuk.: 69.45 g; kw.tł.nasyc: 31.50 g; Błonnik: 30.02 g; Sól: 19.18 g; Sód: 7573.23 mg;	Wart. energ: 2283.26 kcal; Białko og: 99.36 g; Tłuszcz: 63.65 g; Węgl. og: 345.73 g; w tym cuk.: 70.21 g; kw.tł.nasyc: 32.37 g; Błonnik: 34.37 g; Sól: 18.65 g; Sód: 7362.23 mg;	Wart. energ: 2318.90 kcal; Białko og: 99.67 g; Tłuszcz: 56.00 g; Węgl. og: 373.77 g; w tym cuk.: 68.17 g; kw.tł.nasyc: 28.37 g; Błonnik: 38.84 g; Sól: 18.38 g; Sód: 7369.00 mg;	Wart. energ: 2078.30 kcal; Białko og: 92.93 g; Tłuszcz: 60.86 g; Węgl. og: 307.07 g; w tym cuk.: 52.48 g; kw.tł.nasyc: 29.17 g; Błonnik: 35.59 g; Sól: 18.79 g; Sód: 7416.40 mg;	Wart. energ: 2318.90 kcal; Białko og: 99.67 g; Tłuszcz: 56.00 g; Węgl. og: 373.77 g; w tym cuk.: 68.17 g; kw.tł.nasyc: 28.37 g; Błonnik: 38.84 g; Sól: 18.38 g; Sód: 7369.00 mg;	Wart. energ: 2527.99 kcal; Białko og: 98.98 g; Tłuszcz: 63.96 g; Węgl. og: 410.14 g; w tym cuk.: 87.07 g; kw.tł.nasyc: 31.70 g; Błonnik: 41.88 g; Sól: 18.31 g; Sód: 7336.74 mg;	

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-02-17 wtorek	Śniadanie	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4), Jajko 1sz/50g 50 g (2), Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ), 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 pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ), 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),	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4), Połędwica z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6), Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ), 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, SOJ), 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, SOJ), 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 ŚN				Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (4),		Jogurt owocowy 1szt 1 szt (4, 8),
	Obiad	Zupa jarzynowa 350 ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ), Kluski ziemniaczane 200g 200 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ), Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ), Kapusta biała zasmażana 130g 300 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ), Jabłko 130g 130 g	Zupa jarzynowa 350 ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ), Makaron gotowany 200g 200 g (1, 2, 4), Ser biały 100g 100 g (4), Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ), Jabłko 130g 130 g	Zupa jarzynowa 350 ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ), Makaron gotowany 200g 200 g (1, 2, 4), Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ), Ser biały 100g 100 g (4), Jabłko 130g 130 g	Zupa jarzynowa 350 ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ), Makaron gotowany 200g 200 g (1, 2, 4), Ser biały 100g 100 g (4), Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ), Jabłko 130g 130 g		
	PD				Jabłko 130g 130 g		Jabłko 130g 130 g
	Kolacja	Połędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6), Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4), Sałata 10g 10 g Rzodkiewka 100g 100 g	Połędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6), Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ), 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 sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6), Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ), 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	Połędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6), Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4), Sałata 10g 10 g Rzodkiewka 100g 100 g	Połędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6), Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ), Mix tłuszczowy 14g 14 g (4), Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ), 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 7g (4), Sałata 10g 10 g		Ser żółty 20g 30 g (4), Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ), Mix tłuszczowy 7g 7g (4),			
		Wart. energ: 2628.66 kcal; Białko og: 92.02 g; Tłuszcz: 76.52 g; Węgl. og: 413.93 g; w tym cuk.: 73.06 g; kw.tł.nasyc: 29.84 g; Błonnik: 42.44 g; Sól: 19.26 g; Sód: 7421.89 mg;	Wart. energ: 2155.00 kcal; Białko og: 89.70 g; Tłuszcz: 68.61 g; Węgl. og: 304.62 g; w tym cuk.: 59.36 g; kw.tł.nasyc: 35.47 g; Błonnik: 19.60 g; Sól: 16.56 g; Sód: 6342.56 mg;	Wart. energ: 2150.24 kcal; Białko og: 92.77 g; Tłuszcz: 55.21 g; Węgl. og: 332.90 g; w tym cuk.: 58.36 g; kw.tł.nasyc: 30.92 g; Błonnik: 24.17 g; Sól: 11.75 g; Sód: 4704.13 mg;	Wart. energ: 2013.79 kcal; Białko og: 91.34 g; Tłuszcz: 69.74 g; Węgl. og: 269.01 g; w tym cuk.: 55.63 g; kw.tł.nasyc: 37.09 g; Błonnik: 28.47 g; Sól: 15.70 g; Sód: 6106.97 mg;	Wart. energ: 2190.64 kcal; Białko og: 90.01 g; Tłuszcz: 60.96 g; Węgl. og: 332.66 g; w tym cuk.: 57.32 g; kw.tł.nasyc: 31.47 g; Błonnik: 24.07 g; Sól: 16.29 g; Sód: 6349.33 mg;	Wart. energ: 2285.53 kcal; Białko og: 90.82 g; Tłuszcz: 60.98 g; Węgl. og: 356.67 g; w tym cuk.: 75.52 g; kw.tł.nasyc: 31.21 g; Błonnik: 26.97 g; Sól: 16.31 g; Sód: 6353.67 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-02-18 środa	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Ser biały 50g 50 g (4,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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,) Ser żółty 30g 30 g (4,)	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Ser biały 50g 50 g (4,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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 Dżem 40g 40 g	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Ser biały 50g 50 g (4,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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 Dżem 40g 40 g	Ser biały 50g 50 g (4,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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,) Ser żółty 30g 30 g (4,)	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Ser biały 50g 50 g (4,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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 Dżem 40g 40 g	
	II ŚN				Pieczywo chrupkie 10g 10 g Ser biały 50g 50 g (4,)		Mus owocowy 270 szt
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) 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,) Surówka z kiszonej kapusty 130 g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) ziemniaki gotowane 200g 300 g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) Filet z miruny opiekana 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 12, OZ, SKO, SOJ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	Zupa ryżanka 350ml 350 g (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,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) Filet z miruny opiekana 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 12, OZ, SKO, SOJ,) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka z kiszonej kapusty 130 g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) Filet z miruny opiekana 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 12, OZ, SKO, SOJ,) Ziemniaki gotowane 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
	Koleja	Pasta z jajka 70g 70 g (2, 4, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Pasta z jajka 70g 70 g (2, 4, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	Kielbasa krakowska 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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	Pasta z jajka 70g 70 g (2, 4, 6,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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,)	Pasta z jajka 70g 70 g (2, 4, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	Pasta z jajka 70g 70 g (2, 4, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 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, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)		
		Wart. energ: 2224.00 kcal; Białko og: 94.89 g; Tłuszcz: 77.35 g; Węgl. og: 299.87 g; w tym cuk.: 54.77 g; kw.tł.nasyc: 33.53 g; Błonnik: 25.95 g; Sól: 20.31 g; Sód: 7855.26 mg;	Wart. energ: 2178.79 kcal; Białko og: 83.09 g; Tłuszcz: 64.02 g; Węgl. og: 332.46 g; w tym cuk.: 83.93 g; kw.tł.nasyc: 29.95 g; Błonnik: 29.43 g; Sól: 18.82 g; Sód: 7428.17 mg;	Wart. energ: 2161.06 kcal; Białko og: 88.61 g; Tłuszcz: 52.44 g; Węgl. og: 350.14 g; w tym cuk.: 79.26 g; kw.tł.nasyc: 26.87 g; Błonnik: 32.41 g; Sól: 15.70 g; Sód: 6295.88 mg;	Wart. energ: 2039.29 kcal; Białko og: 98.18 g; Tłuszcz: 72.08 g; Węgl. og: 265.87 g; w tym cuk.: 49.32 g; kw.tł.nasyc: 33.43 g; Błonnik: 34.32 g; Sól: 18.62 g; Sód: 7456.27 mg;	Wart. energ: 2214.43 kcal; Białko og: 83.40 g; Tłuszcz: 56.37 g; Węgl. og: 360.50 g; w tym cuk.: 81.89 g; kw.tł.nasyc: 25.95 g; Błonnik: 33.90 g; Sól: 18.55 g; Sód: 7434.94 mg;	Wart. energ: 2372.32 kcal; Białko og: 82.71 g; Tłuszcz: 55.09 g; Węgl. og: 405.01 g; w tym cuk.: 120.39 g; kw.tł.nasyc: 24.83 g; Błonnik: 37.30 g; Sól: 18.55 g; Sód: 7430.28 mg;

2026-02-19 czwartek		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna	
	Śniadanie	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, SOJ,) 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, SOJ,) 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, SOJ,) 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, SOJ,) 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, SOJ,) 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,)		Sok owocowo-warzywny 0,5 szt 1 szt (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,)	
	Obiad	Zupa brokułowa z ziemniakami 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,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,) 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,) 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,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa brokułowa z ziemniakami 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,) 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,) Potrawka wieprzowa 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) 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	Szynka wieprzowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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 wieprzowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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 wieprzowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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 Sałata 10g 10 g	Szynka wieprzowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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			Ser topiony 30g 33 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)			
		Wart. energ: 2218.19 kcal; Białko og: 91.93 g; Tłuszcz: 71.38 g; Węgl. og: 316.36 g; w tym cuk.: 62.10 g; kw.tł.nasyc: 32.48 g; Błonnik: 28.51 g; Sól: 16.45 g; Sód: 6470.64 mg;	Wart. energ: 2161.67 kcal; Białko og: 90.79 g; Tłuszcz: 68.06 g; Węgl. og: 311.89 g; w tym cuk.: 53.66 g; kw.tł.nasyc: 33.02 g; Błonnik: 30.09 g; Sól: 16.56 g; Sód: 6514.05 mg;	Wart. energ: 2197.31 kcal; Białko og: 91.10 g; Tłuszcz: 60.41 g; Węgl. og: 339.93 g; w tym cuk.: 51.62 g; kw.tł.nasyc: 29.02 g; Błonnik: 34.56 g; Sól: 16.29 g; Sód: 6520.82 mg;	Wart. energ: 2081.04 kcal; Białko og: 88.33 g; Tłuszcz: 73.31 g; Węgl. og: 285.70 g; w tym cuk.: 59.57 g; kw.tł.nasyc: 35.26 g; Błonnik: 38.37 g; Sól: 16.64 g; Sód: 6656.68 mg;	Wart. energ: 2197.31 kcal; Białko og: 91.10 g; Tłuszcz: 60.41 g; Węgl. og: 339.93 g; w tym cuk.: 51.62 g; kw.tł.nasyc: 29.02 g; Błonnik: 34.56 g; Sól: 16.29 g; Sód: 6520.82 mg;	Wart. energ: 2251.70 kcal; Białko og: 88.36 g; Tłuszcz: 58.98 g; Węgl. og: 360.84 g; w tym cuk.: 68.82 g; kw.tł.nasyc: 27.89 g; Błonnik: 37.66 g; Sól: 16.22 g; Sód: 6488.66 mg;	

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-02-20 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Pasta z makreli 70g 70 g (2, 3, 4, 6, SKO,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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,)	Kasza manna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Serek wiejski 1 szt 1 szt Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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	Kasza manna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Serek wiejski 1 szt 1 szt Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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	Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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,) Pasta z makreli 70g 70 g (2, 3, 4, 6, SKO,)	Kasza manna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Serek wiejski 1 szt 1 szt Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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	Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (4,)
	II ŚN						Jogurt owocowy 1szt 2 szt (4, 8,)
	Obiad	Zupa barszcz biały z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Kotlet z jajka 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Marchewka z groszkiem 130g 130 g (1, 4,)	Zupa barszcz biały z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Jajko 2szt/100g 100 g (2,) Marchewka z groszkiem 130g 130 g (1, 4,)	Zupa makaronowa 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Jajko 2szt/100g 100 g (2,) Marchewka z groszkiem 130g 130 g (1, 4,)	Zupa barszcz biały z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Jajko 2szt/100g 100 g (2,) Marchewka z groszkiem 130g 130 g (1, 4,)	Zupa barszcz biały z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Jajko 2szt/100g 100 g (2,) Marchewka z groszkiem 130g 130 g (1, 4,)	
	PD				Jabłko 130g 130 g		Jabłko 130g 130 g
	Kolacja	Ser biały 50g 50 g (4,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Rzodkiewka 100g 100 g Sałata 10g 10 g Dżem 40g 40 g	Ser biały 50g 50 g (4,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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 Dżem 40g 40 g	Ser biały 90g 90 g (4,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) 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 50g 50 g (4,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Rzodkiewka 100g 100 g Sałata 10g 10 g Dżem 40g 40 g	Ser biały 50g 50 g (4,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Rzodkiewka 100g 100 g Sałata 10g 10 g Dżem 40g 40 g	Ser biały 50g 50 g (4,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Rzodkiewka 100g 100 g Sałata 10g 10 g Dżem 40g 40 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, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)			
		Wart. energ: 2602.94 kcal; Białko og: 95.81 g; Tłuszcz: 97.40 g; Węgl. og: 349.67 g; w tym cuk.: 76.90 g; kw.tł.nasyc: 36.65 g; Błonnik: 27.64 g; Sól: 16.27 g; Sód: 6397.57 mg;	Wart. energ: 2257.09 kcal; Białko og: 83.98 g; Tłuszcz: 62.52 g; Węgl. og: 352.50 g; w tym cuk.: 103.49 g; kw.tł.nasyc: 32.70 g; Błonnik: 25.58 g; Sól: 17.43 g; Sód: 6861.97 mg;	Wart. energ: 2387.92 kcal; Białko og: 86.75 g; Tłuszcz: 53.86 g; Węgl. og: 405.10 g; w tym cuk.: 103.28 g; kw.tł.nasyc: 28.01 g; Błonnik: 32.11 g; Sól: 17.17 g; Sód: 6875.41 mg;	Wart. energ: 2114.73 kcal; Białko og: 96.03 g; Tłuszcz: 80.06 g; Węgl. og: 269.34 g; w tym cuk.: 50.81 g; kw.tł.nasyc: 34.92 g; Błonnik: 34.72 g; Sól: 18.52 g; Sód: 7406.98 mg;	Wart. energ: 2292.73 kcal; Białko og: 84.29 g; Tłuszcz: 54.87 g; Węgl. og: 380.54 g; w tym cuk.: 101.45 g; kw.tł.nasyc: 28.70 g; Błonnik: 30.05 g; Sól: 17.16 g; Sód: 6868.74 mg;	Wart. energ: 2448.62 kcal; Białko og: 88.80 g; Tłuszcz: 56.39 g; Węgl. og: 412.75 g; w tym cuk.: 125.15 g; kw.tł.nasyc: 29.32 g; Błonnik: 33.25 g; Sól: 17.30 g; Sód: 6920.08 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,