

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-03-21 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,) 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,) 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,) Salata 10g 10 g	Kasza manna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12,) 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,) Salata 10g 10 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,) Ogórek świeży 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,) Ser topiony 30g 33 g (4,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Kasza manna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12,) 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,) Salata 10g 10 g	
	II ŚN				Kefir 200g 200 szt Suchary bezcukrowe 20g 20 g	Kefir 200g 200 szt	Galaerka ow ocowa 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)
	Obiad	Zupa Żurek 350 ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Potrawka wieprzowa z warzywami i soczewicą 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Salatką szwedzka 130g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g	Zupa ziemniaczana 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Potrawka wieprzowa z warzywami i soczewicą 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Warzy wa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	Zupa Żurek 350 ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Potrawka wieprzowa z warzywami i soczewicą 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Salatką szwedzka 130g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g	Zupa Żurek 350 ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Potrawka wieprzowa z warzywami i soczewicą 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Salatką szwedzka 130g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g	Zupa ziemniaczana 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Potrawka wieprzowa z warzywami i soczewicą 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Warzy wa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	
	PD				Mandarynka 100g 100 g		Mandarynka 100g 100 g
	Kolacja	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,) 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, 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	Poledwica 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,) Salata 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,) Salata 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,) Salata 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,) 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, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)		
		Wart. energ: 2186.88 kcal; Białko og: 90.50 g; Tłuszcz: 77.43 g; Węgl. og: 294.10 g; w tym cuk.: 53.25 g; kw.tł.nasyc: 35.70 g; Błonnik: 24.05 g; Sól: 17.17 g; Sód: 6598.07 mg;	Wart. energ: 2234.20 kcal; Białko og: 99.38 g; Tłuszcz: 63.19 g; Węgl. og: 333.54 g; w tym cuk.: 57.44 g; kw.tł.nasyc: 30.81 g; Błonnik: 32.81 g; Sól: 16.57 g; Sód: 6523.79 mg;	Wart. energ: 2269.84 kcal; Białko og: 99.69 g; Tłuszcz: 55.54 g; Węgl. og: 361.58 g; w tym cuk.: 55.40 g; kw.tł.nasyc: 26.81 g; Błonnik: 37.28 g; Sól: 16.30 g; Sód: 6530.56 mg;	Wart. energ: 2197.47 kcal; Białko og: 95.00 g; Tłuszcz: 75.24 g; Węgl. og: 302.11 g; w tym cuk.: 42.98 g; kw.tł.nasyc: 34.33 g; Błonnik: 35.96 g; Sól: 16.35 g; Sód: 6383.88 mg;	Wart. energ: 2446.84 kcal; Białko og: 104.54 g; Tłuszcz: 56.49 g; Węgl. og: 400.38 g; w tym cuk.: 55.50 g; kw.tł.nasyc: 26.94 g; Błonnik: 40.33 g; Sól: 16.93 g; Sód: 6782.06 mg;	Wart. energ: 2298.98 kcal; Białko og: 97.18 g; Tłuszcz: 53.74 g; Węgl. og: 376.11 g; w tym cuk.: 64.69 g; kw.tł.nasyc: 25.64 g; Błonnik: 39.18 g; Sól: 16.20 g; Sód: 6486.30 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-03-22 niedziela	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Kielbasa biała parzona 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,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,) Cwikła z chrzanem 20g 20 g	Platki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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,) Salata 10g 10 g	Platki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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,) Salata 10g 10 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,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,) Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Kisiel b/cukru 250ml 250 g (1, 12,)	Platki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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,) Salata 10g 10 g	Dziecięca łatwostrawna
	II ŚN				Kisiel b/cukru 250ml 250 g (1, 12,)	Kefir 200g 200 szt	Kisiel 250ml 250 g (1, 12,)
	Obiad	Zupa rosół z makaronem 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Udziec z indyka pieczony 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 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,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g	Zupa rosół z makaronem 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Udziec z indyka gotowany 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g 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,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa rosół z makaronem 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Udziec z indyka gotowany 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) 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,) Udziec z indyka gotowany 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) 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 gotowane 200g 300 g	Zupa rosół z makaronem 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Udziec z indyka gotowany 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g 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,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa rosół z makaronem 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Udziec z indyka gotowany 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) 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	Szynka drobiowa 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	Szynka drobiowa 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,) Salata 10g 10 g	Szynka drobiowa 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	Szynka drobiowa 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	Szynka drobiowa 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,) Salata 10g 10 g	Szynka drobiowa 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,) 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 topiony 30g 33 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Wart. energ: 2120.10 kcal; Białko og: 82.45 g; Tłuszcz: 68.17 g; Węgl. og: 297.53 g; w tym cuk.: 63.75 g; kw.tł.nasyc: 26.70 g; Błonnik: 25.00 g; Sól: 14.17 g; Sód: 5564.16 mg;		Wart. energ: 2191.37 kcal; Białko og: 87.63 g; Tłuszcz: 53.92 g; Węgl. og: 356.10 g; w tym cuk.: 79.12 g; kw.tł.nasyc: 25.31 g; Błonnik: 34.06 g; Sól: 15.70 g; Sód: 6289.43 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-03-23 poniedziałek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml 350 ml (1, 2, 4,) Twarożek 90g 90 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,) Ogórek świeży 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Zacierka na mleku 350 ml 350 ml (1, 2, 4,) Twarożek 90g 90 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	Zacierka na mleku 350 ml 350 ml (1, 2, 4,) 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 b/skóry 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	Twarożek 90g 90 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,) Ogórek świeży 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Zacierka na mleku 350 ml 350 ml (1, 2, 4,) 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,) Salata 10g 10 g	
	II ŚN				Krakersy 30 g 30 g (1, 2, 4, 11, SOJ, OZ,)	Kefir 200g 200 szt	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,) Surówka z kapusty białej i ogórka 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,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Mięta 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,) Sos biały 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,)	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 b/cukru 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka z kapusty białej i ogórka 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 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	Wędlina 30g 30 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,) Salata 10g 10 g Parówka "Paluszek" 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, SOJ,)	Wędlina 30g 30 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 Parówka "Paluszek" 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, SOJ,)	Wędlina 30g 30 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 b/cukru 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g Parówka "Paluszek" 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, SOJ,)	Wędlina 30g 30 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,) Salata 10g 10 g Parówka "Paluszek" 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, SOJ,)	Wędlina 30g 30 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,) Salata 10g 10 g Parówka "Paluszek" 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, SOJ,)	Wędlina 30g 30 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,) Salata 10g 10 g Parówka "Paluszek" 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, SOJ,)
	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			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: 2731.82 kcal; Białko og: 111.05 g; Tłuszcz: 108.57 g; Węgl. og: 343.83 g; w tym cuk.: 70.25 g; kw.tł.nasyc: 43.69 g; Błonnik: 32.17 g; Sól: 19.88 g; Sód: 7682.41 mg;	Wart. energ: 2675.76 kcal; Białko og: 110.10 g; Tłuszcz: 102.09 g; Węgl. og: 346.48 g; w tym cuk.: 69.61 g; kw.tł.nasyc: 44.11 g; Błonnik: 34.51 g; Sól: 19.89 g; Sód: 7690.03 mg;	Wart. energ: 2694.90 kcal; Białko og: 109.84 g; Tłuszcz: 93.80 g; Węgl. og: 372.32 g; w tym cuk.: 66.52 g; kw.tł.nasyc: 40.09 g; Błonnik: 38.81 g; Sól: 19.43 g; Sód: 7620.80 mg;	Wart. energ: 2545.60 kcal; Białko og: 105.20 g; Tłuszcz: 105.59 g; Węgl. og: 312.01 g; w tym cuk.: 53.28 g; kw.tł.nasyc: 41.36 g; Błonnik: 37.74 g; Sól: 19.49 g; Sód: 7525.58 mg;	Wart. energ: 2888.40 kcal; Białko og: 115.26 g; Tłuszcz: 95.39 g; Węgl. og: 413.32 g; w tym cuk.: 67.67 g; kw.tł.nasyc: 40.24 g; Błonnik: 42.03 g; Sól: 20.25 g; Sód: 7948.30 mg;	Wart. energ: 2920.49 kcal; Białko og: 109.72 g; Tłuszcz: 102.40 g; Węgl. og: 410.89 g; w tym cuk.: 86.47 g; kw.tł.nasyc: 43.44 g; Błonnik: 42.02 g; Sól: 19.55 g; Sód: 7664.54 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna	
2026-03-24 wtorek	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,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,) Bukiet z warzyw 130g 130 g (4)	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,) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) 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	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,) Bukiet z warzyw 130g 130 g (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,) 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 2 szt (4, 8)
	Obiad	Zupa koperkowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Gołąbki 300g 300 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 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,)	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,) Gołąbki 300g 300 g (1, 2, 4, 5, 6, 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,)	Zupa koperkowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Naleśniki z dżemem 2 szt 2 szt (1, 2, 4,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,)		
	PD					Mandarynka 100g 100 g	Mandarynka 100g 100 g	
	Kolacja	Pieczeń rzymska 30g 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 Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	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, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Galaretką z drobiu z warzywami 100g 100 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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	Galaretką z drobiu z warzywami 100g 100 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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	Galaretką z drobiu z warzywami 100g 100 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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 Pomidor 50g 50 g (9,)	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,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	
	PN	Ser żółty 20g 30 g (4,) 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 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, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)			
		Wart. energ: 2108.27 kcal; Białko og: 84.42 g; Tłuszcz: 72.48 g; Węgl. og: 294.46 g; w tym cuk.: 59.92 g; kw.tł.nasyc: 33.87 g; Błonnik: 28.90 g; Sól: 21.87 g; Sód: 8412.45 mg;	Wart. energ: 2115.74 kcal; Białko og: 87.73 g; Tłuszcz: 64.04 g; Węgl. og: 307.89 g; w tym cuk.: 49.36 g; kw.tł.nasyc: 29.98 g; Błonnik: 22.95 g; Sól: 22.30 g; Sód: 8640.47 mg;	Wart. energ: 2105.08 kcal; Białko og: 90.55 g; Tłuszcz: 50.58 g; Węgl. og: 335.00 g; w tym cuk.: 47.32 g; kw.tł.nasyc: 25.41 g; Błonnik: 27.42 g; Sól: 17.49 g; Sód: 7000.24 mg;	Wart. energ: 1894.20 kcal; Białko og: 92.17 g; Tłuszcz: 65.54 g; Węgl. og: 251.22 g; w tym cuk.: 53.47 g; kw.tł.nasyc: 31.81 g; Błonnik: 36.53 g; Sól: 22.87 g; Sód: 8983.18 mg;	Wart. energ: 2211.38 kcal; Białko og: 92.34 g; Tłuszcz: 58.39 g; Węgl. og: 342.13 g; w tym cuk.: 51.52 g; kw.tł.nasyc: 27.17 g; Błonnik: 27.42 g; Sól: 22.19 g; Sód: 8710.24 mg;	Wart. energ: 2385.47 kcal; Białko og: 77.48 g; Tłuszcz: 67.69 g; Węgl. og: 383.32 g; w tym cuk.: 92.58 g; kw.tł.nasyc: 27.43 g; Błonnik: 33.27 g; Sól: 17.02 g; Sód: 6643.37 mg;	

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-03-25 środa	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Serek kanapkowy 1/2 szt 0,5 szt (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,) 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,) Serek kanapkowy 1/2 szt 0,5 szt (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,) 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,) Serek kanapkowy 1/2 szt 0,5 szt (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,) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Serek kanapkowy 1/2 szt 0,5 szt (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,) 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,) Serek kanapkowy 1/2 szt 0,5 szt (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 Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	
	II ŚN				Sok pomidorowy 200ml 200 ml (9,) Suchary bezcukrowe 20g 20 g	Ser biały 50g 50 g (4,)	Sok owocowo-warzywny 0,5 szt 1 szt (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,) Chrupki kukurydziane 20g 20 g
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) Roladka a la devolay 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka z kapusty białej i ogórka 130g 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,) Roladka a la devolay 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa ryżanka 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Roladka a la devolay 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) Roladka a la devolay 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka z kapusty białej i ogórka 130g 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,) Roladka a la devolay 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 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	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 Polędwica 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 Polędwica 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 b/cukru 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g Polędwica 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,) Sałata 10g 10 g Polędwica 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 Polędwica 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 Polędwica z indyka 60g 60 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 7g (4,) Sałata 10g 10 g			Ser biały 30g 30 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7g (4,)		
		Wart. energ: 2435.54 kcal; Białko og: 95.57 g; Tłuszcz: 89.31 g; Węgl. og: 325.34 g; w tym cuk.: 57.41 g; kw.tł.nasyc: 37.17 g; Błonnik: 25.54 g; Sól: 14.26 g; Sód: 5428.63 mg;	Wart. energ: 2370.28 kcal; Białko og: 93.98 g; Tłuszcz: 82.71 g; Węgl. og: 326.09 g; w tym cuk.: 56.13 g; kw.tł.nasyc: 37.58 g; Błonnik: 26.78 g; Sól: 14.25 g; Sód: 5425.65 mg;	Wart. energ: 2344.64 kcal; Białko og: 91.53 g; Tłuszcz: 73.41 g; Węgl. og: 344.57 g; w tym cuk.: 51.67 g; kw.tł.nasyc: 32.77 g; Błonnik: 29.81 g; Sól: 14.83 g; Sód: 5772.00 mg;	Wart. energ: 2305.13 kcal; Białko og: 96.82 g; Tłuszcz: 86.57 g; Węgl. og: 302.15 g; w tym cuk.: 52.24 g; kw.tł.nasyc: 35.77 g; Błonnik: 36.60 g; Sól: 13.78 g; Sód: 5348.94 mg;	Wart. energ: 2471.92 kcal; Białko og: 103.64 g; Tłuszcz: 77.41 g; Węgl. og: 355.98 g; w tym cuk.: 55.69 g; kw.tł.nasyc: 34.98 g; Błonnik: 31.25 g; Sól: 14.04 g; Sód: 5454.42 mg;	Wart. energ: 2512.91 kcal; Białko og: 93.41 g; Tłuszcz: 73.91 g; Węgl. og: 386.29 g; w tym cuk.: 67.88 g; kw.tł.nasyc: 32.49 g; Błonnik: 35.17 g; Sól: 13.91 g; Sód: 5401.06 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-03-26 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,) Musztarda 20g 20 g (6,)	Platki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Inne wędliny 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,) Salata 10g 10 g	Platki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Inne wędliny 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,) Salata 10g 10 g	Inne wędliny 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,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Platki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Inne wędliny 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,) Salata 10g 10 g	Platki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Inne wędliny 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,) Salata 10g 10 g
	II ŚN				Serek wiejski 1 szt 1 szt	Kefir 200g 200 szt	Serek wiejski 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Klops wieprzowy 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) 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,) Pulpet wieprzowy gotowany 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) 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,) 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,) Pulpet wieprzowy gotowany 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) 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,) Pulpet wieprzowy gotowany 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) 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,) Pulpet wieprzowy gotowany 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) 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,) Pulpet wieprzowy gotowany 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) 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	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 świeży 50g 50 g Ser żółty 30g 30 g (4,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Polędwica 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,) Salata 10g 10 g	Polędwica 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,) Salata 10g 10 g	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 świeży 50g 50 g Ser żółty 30g 30 g (4,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Polędwica 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,) Salata 10g 10 g	Polędwica 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,) 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 topiony 30g 33 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)		
		Wart. energ: 2511.51 kcal; Białko og: 96.62 g; Tłuszcz: 94.15 g; Węgl. og: 333.43 g; w tym cuk.: 62.27 g; kw.tł.nasyc: 40.06 g; Błonnik: 28.05 g; Sól: 16.60 g; Sód: 6367.54 mg;	Wart. energ: 2261.09 kcal; Białko og: 93.09 g; Tłuszcz: 69.05 g; Węgl. og: 331.27 g; w tym cuk.: 60.44 g; kw.tł.nasyc: 32.06 g; Błonnik: 28.91 g; Sól: 16.12 g; Sód: 6005.11 mg;	Wart. energ: 2311.84 kcal; Białko og: 93.49 g; Tłuszcz: 61.39 g; Węgl. og: 363.16 g; w tym cuk.: 58.63 g; kw.tł.nasyc: 28.05 g; Błonnik: 33.57 g; Sól: 15.15 g; Sód: 5732.75 mg;	Wart. energ: 2264.44 kcal; Białko og: 99.87 g; Tłuszcz: 82.72 g; Węgl. og: 297.84 g; w tym cuk.: 56.59 g; kw.tł.nasyc: 40.52 g; Błonnik: 36.54 g; Sól: 16.47 g; Sód: 6093.25 mg;	Wart. energ: 2473.73 kcal; Białko og: 98.25 g; Tłuszcz: 62.35 g; Węgl. og: 398.11 g; w tym cuk.: 58.50 g; kw.tł.nasyc: 28.19 g; Błonnik: 36.43 g; Sól: 16.48 g; Sód: 6263.38 mg;	Wart. energ: 2431.62 kcal; Białko og: 102.81 g; Tłuszcz: 64.22 g; Węgl. og: 378.42 g; w tym cuk.: 74.40 g; kw.tł.nasyc: 29.50 g; Błonnik: 35.98 g; Sól: 16.70 g; Sód: 6349.22 mg;

2026-03-27 piątek	Śniadanie	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 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,) Ogórek świeży 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9) Dżem 40g 40 g	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 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) Salata 10g 10 g Dżem 40g 40 g	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 4) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6, 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) 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) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6, 6)	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 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) Salata 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 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,) Filet z miruny smażona 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 12, SOJ, SKO, OZ,) Surówka z kiszanej kapusty 130 g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	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,) Filet z miruny opiekana 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 12, OZ, SKO, SOJ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4, 4)	Zupa barszcz czerwony 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,) Filet z miruny opiekana 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 12, OZ, SKO, SOJ,) Surówka z kiszanej kapusty 130 g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	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,) Filet z miruny opiekana 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 12, OZ, SKO, SOJ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4, 4)	Zupa barszcz czerwony 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,) Filet z miruny opiekana 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 12, OZ, SKO, SOJ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4, 4)	
	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, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4, 4) Rzodkiewka 100g 100 g Salata 10g 10 g	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, 4) Pomidor 50g 50 g (9) 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, 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, 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, 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) 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, 6) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4) Salata 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: 2292.76 kcal; Białko og: 88.20 g; Tłuszcz: 73.70 g; Węgl. og: 331.54 g; w tym cuk.: 84.11 g; kw.tł.nasyc: 30.91 g; Błonnik: 24.93 g; Sól: 18.22 g; Sód: 7183.77 mg;	Wart. energ: 2200.29 kcal; Białko og: 89.51 g; Tłuszcz: 54.27 g; Węgl. og: 352.94 g; w tym cuk.: 83.04 g; kw.tł.nasyc: 29.06 g; Błonnik: 28.72 g; Sól: 18.67 g; Sód: 7364.11 mg;	Wart. energ: 2217.23 kcal; Białko og: 87.77 g; Tłuszcz: 45.07 g; Węgl. og: 381.85 g; w tym cuk.: 81.00 g; kw.tł.nasyc: 23.56 g; Błonnik: 33.19 g; Sól: 13.78 g; Sód: 5357.88 mg;	Wart. energ: 1915.37 kcal; Białko og: 88.92 g; Tłuszcz: 58.59 g; Węgl. og: 275.17 g; w tym cuk.: 59.57 g; kw.tł.nasyc: 28.16 g; Błonnik: 35.51 g; Sól: 17.43 g; Sód: 6810.17 mg;	Wart. energ: 2290.03 kcal; Białko og: 93.87 g; Tłuszcz: 48.56 g; Węgl. og: 386.01 g; w tym cuk.: 84.16 g; kw.tł.nasyc: 26.23 g; Błonnik: 33.09 g; Sól: 18.56 g; Sód: 7432.08 mg;	Wart. energ: 2342.20 kcal; Białko og: 93.31 g; Tłuszcz: 49.23 g; Węgl. og: 399.22 g; w tym cuk.: 111.38 g; kw.tł.nasyc: 26.39 g; Błonnik: 36.09 g; Sól: 18.63 g; Sód: 7457.18 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-03-28 sobota	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) 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,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) 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,) Salata 10g 10 g	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) 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,) Salata 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,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) 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,) Salata 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 kaliorowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Łopatka wieprzowa 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 gotowane 200g 300 g	Zupa kaliorowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Łopatka wieprzowa gotowana 70g w sosie 100g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	Zupa kaliorowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Łopatka wieprzowa 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 gotowane 200g 300 g	Zupa kaliorowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Łopatka wieprzowa 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 gotowane 200g 300 g	Zupa kaliorowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Łopatka wieprzowa gotowana 70g w sosie 100g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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	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 Paszтет 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Szynka drobiowa 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,) Salata 10g 10 g	Szynka drobiowa 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	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 Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Szynka drobiowa 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,) Salata 10g 10 g	Szynka drobiowa 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,) 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: 2262.45 kcal; Białko og: 92.85 g; Tłuszcz: 77.55 g; Węgl. og: 312.88 g; w tym cuk.: 58.86 g; kw.tł.nasyc: 36.92 g; Błonnik: 29.24 g; Sól: 16.61 g; Sód: 6535.85 mg;	Wart. energ: 2116.12 kcal; Białko og: 94.23 g; Tłuszcz: 60.42 g; Węgl. og: 314.96 g; w tym cuk.: 57.47 g; kw.tł.nasyc: 30.91 g; Błonnik: 31.92 g; Sól: 16.29 g; Sód: 6409.00 mg;	Wart. energ: 2151.76 kcal; Białko og: 94.54 g; Tłuszcz: 52.77 g; Węgl. og: 343.00 g; w tym cuk.: 55.43 g; kw.tł.nasyc: 26.91 g; Błonnik: 36.39 g; Sól: 16.02 g; Sód: 6415.77 mg;	Wart. energ: 2060.88 kcal; Białko og: 98.41 g; Tłuszcz: 59.41 g; Węgl. og: 302.22 g; w tym cuk.: 72.33 g; kw.tł.nasyc: 31.39 g; Błonnik: 38.95 g; Sól: 15.96 g; Sód: 6386.72 mg;	Wart. energ: 2151.76 kcal; Białko og: 94.54 g; Tłuszcz: 52.77 g; Węgl. og: 343.00 g; w tym cuk.: 55.43 g; kw.tł.nasyc: 26.91 g; Błonnik: 36.39 g; Sól: 16.02 g; Sód: 6415.77 mg;	Wart. energ: 2354.22 kcal; Białko og: 98.50 g; Tłuszcz: 55.31 g; Węgl. og: 385.18 g; w tym cuk.: 87.33 g; kw.tł.nasyc: 28.15 g; Błonnik: 39.02 g; Sól: 16.15 g; Sód: 6463.59 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-03-29 niedziela	Śniadanie	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, 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,)	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, 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	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, 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	Poledwica 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,) Ogórek świeży 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,) Suchary bezcukrowe 20g 20 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, 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	
	II ŚN				Kefir 200g 200 szt		Galaerka ow ocowa 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)
	Obiad	Zupa manna na rosole 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Pierś z kurczka 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,) Marchewka z groszkiem 130g 130 g (1, 4,) Ryż na sypko 200g 200 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Zupa manna na rosole 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) 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,) Marchewka z groszkiem 130g 130 g (1, 4,) Marchewka z groszkiem 130g 130 g (1, 4,)	Zupa manna na rosole 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) 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,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa manna na rosole 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Pierś z kurczka 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,) Marchewka z groszkiem 130g 130 g (1, 4,) Ryż na sypko 200g 200 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Zupa manna na rosole 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) 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,) Marchewka z groszkiem 130g 130 g (1, 4,)	
	PD				Jabłko 130g 130 g		Jabłko 130g 130 g
	Kolacja	Ser topiony 30g 33 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,) Salata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 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,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 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,) Salata 10g 10 g	Ser topiony 30g 33 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 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 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,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 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,) 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			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: 2133.05 kcal; Białko og: 95.96 g; Tłuszcz: 64.25 g; Węgl. og: 305.35 g; w tym cuk.: 52.75 g; kw.tł.nasyc: 33.02 g; Błonnik: 24.78 g; Sól: 14.97 g; Sód: 5715.09 mg;	Wart. energ: 2047.49 kcal; Białko og: 98.67 g; Tłuszcz: 54.47 g; Węgl. og: 303.22 g; w tym cuk.: 51.77 g; kw.tł.nasyc: 28.72 g; Błonnik: 24.67 g; Sól: 14.87 g; Sód: 5841.66 mg;	Wart. energ: 2062.13 kcal; Białko og: 96.58 g; Tłuszcz: 46.66 g; Węgl. og: 328.71 g; w tym cuk.: 51.53 g; kw.tł.nasyc: 24.66 g; Błonnik: 28.54 g; Sól: 14.73 g; Sód: 5900.93 mg;	Wart. energ: 2149.84 kcal; Białko og: 96.61 g; Tłuszcz: 61.40 g; Węgl. og: 319.78 g; w tym cuk.: 44.69 g; kw.tł.nasyc: 30.51 g; Błonnik: 36.07 g; Sól: 14.41 g; Sód: 5488.70 mg;	Wart. energ: 2260.13 kcal; Białko og: 103.83 g; Tłuszcz: 47.77 g; Węgl. og: 370.06 g; w tym cuk.: 49.83 g; kw.tł.nasyc: 24.85 g; Błonnik: 32.19 g; Sól: 15.23 g; Sód: 6099.93 mg;	Wart. energ: 2132.27 kcal; Białko og: 96.39 g; Tłuszcz: 45.34 g; Węgl. og: 350.32 g; w tym cuk.: 62.43 g; kw.tł.nasyc: 23.58 g; Błonnik: 31.74 g; Sól: 14.51 g; Sód: 5805.77 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-03-30 poniedziałek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml 350 ml (1, 2, 4,) Kiebasa 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,) 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,)	Kefir 200g 200 szt	Ciastka 40g 40 g (1, 2, 4, 11, 12, OZ,)
	Obiad	Zupa barszcz biały z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g 90 g (1, 2, 4, 5, SOJ,) Mięta 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka z marchwi i jabłka 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g	Zupa barszcz biały z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g 90 g (1, 2, 4, 5, SOJ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Mięta 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka z marchwi i jabłka 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Zupa ziemniaczana 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 Mięta 250ml 250 ml (1, 4, 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,) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g 90 g (1, 2, 4, 5, SOJ,) Mięta b/cukru 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka z marchwi i jabłka 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g	Zupa barszcz biały z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g 90 g (1, 2, 4, 5, SOJ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Mięta 250ml 250 ml (1, 4, 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,) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g 90 g (1, 2, 4, 5, SOJ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Mięta 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka z marchwi i jabłka 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)
	PD				Jabłko 130g 130 g		Jabłko 130g 130 g
	Koleja	Pata twarogowa z koperkiem 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,) Sałata 10g 10 g Papryka 70g 70 g	Pata twarogowa z koperkiem 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	Pata twarogowa z koperkiem 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	Pata twarogowa z koperkiem 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,) Sałata 10g 10 g Papryka 70g 70 g	Pata twarogowa z koperkiem 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	Pata twarogowa z koperkiem 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			Ser topiony 30g 33 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)		
		Wart. energ: 2419.60 kcal; Białko og: 100.78 g; Tłuszcz: 76.98 g; Węgl. og: 347.00 g; w tym cuk.: 77.75 g; kw.tł.nasyc: 36.05 g; Błonnik: 31.84 g; Sól: 16.07 g; Sód: 6321.87 mg;	Wart. energ: 2339.50 kcal; Białko og: 95.58 g; Tłuszcz: 71.03 g; Węgl. og: 345.27 g; w tym cuk.: 76.53 g; kw.tł.nasyc: 33.98 g; Błonnik: 31.04 g; Sól: 16.51 g; Sód: 6499.57 mg;	Wart. energ: 2362.56 kcal; Białko og: 96.85 g; Tłuszcz: 60.47 g; Węgl. og: 377.31 g; w tym cuk.: 67.36 g; kw.tł.nasyc: 30.50 g; Błonnik: 38.84 g; Sól: 17.30 g; Sód: 6931.33 mg;	Wart. energ: 2231.64 kcal; Białko og: 91.85 g; Tłuszcz: 75.01 g; Węgl. og: 315.64 g; w tym cuk.: 61.71 g; kw.tł.nasyc: 37.01 g; Błonnik: 37.41 g; Sól: 16.53 g; Sód: 6618.37 mg;	Wart. energ: 2513.06 kcal; Białko og: 101.95 g; Tłuszcz: 62.02 g; Węgl. og: 407.10 g; w tym cuk.: 65.96 g; kw.tł.nasyc: 30.78 g; Błonnik: 40.02 g; Sól: 17.91 g; Sód: 7175.59 mg;	Wart. energ: 2584.23 kcal; Białko og: 95.20 g; Tłuszcz: 71.34 g; Węgl. og: 409.68 g; w tym cuk.: 93.39 g; kw.tł.nasyc: 33.31 g; Błonnik: 38.55 g; Sól: 16.17 g; Sód: 6474.08 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-03-31 wtorek	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, 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,) 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, 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,)	Kasza manna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12,) 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	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,) 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, 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 2 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,) 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	Zupa jarzynowa 350 ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Makaron gotow any 200g 200 g (1, 2, 4,) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Ser biały 100g 100 g (4,)	Zupa jarzynowa 350 ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Makaron gotow any 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 gotow any 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 gotow any 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
	Kolaża	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,) Sałata 10g 10 g Rzodkiewka 100g 100 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,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	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,) Sałata 10g 10 g Rzodkiewka 100g 100 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,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	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,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)
	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: 2624.90 kcal; Białko og: 99.99 g; Tłuszcz: 80.55 g; Węgl. og: 392.61 g; w tym cuk.: 64.62 g; kw.tł.nasyc: 33.30 g; Błonnik: 35.50 g; Sól: 18.85 g; Sód: 7258.31 mg;	Wart. energ: 2202.30 kcal; Białko og: 85.75 g; Tłuszcz: 75.33 g; Węgl. og: 305.43 g; w tym cuk.: 60.97 g; kw.tł.nasyc: 37.63 g; Błonnik: 19.73 g; Sól: 17.31 g; Sód: 6646.46 mg;	Wart. energ: 2191.64 kcal; Białko og: 88.57 g; Tłuszcz: 61.87 g; Węgl. og: 332.54 g; w tym cuk.: 58.93 g; kw.tł.nasyc: 33.06 g; Błonnik: 24.20 g; Sól: 12.50 g; Sód: 5006.23 mg;	Wart. energ: 1994.39 kcal; Białko og: 86.23 g; Tłuszcz: 75.73 g; Węgl. og: 254.74 g; w tym cuk.: 44.27 g; kw.tł.nasyc: 39.20 g; Błonnik: 25.98 g; Sól: 16.45 g; Sód: 6412.47 mg;	Wart. energ: 2297.94 kcal; Białko og: 90.36 g; Tłuszcz: 69.68 g; Węgl. og: 339.67 g; w tym cuk.: 63.13 g; kw.tł.nasyc: 34.82 g; Błonnik: 24.20 g; Sól: 17.20 g; Sód: 6716.23 mg;	Wart. energ: 2328.83 kcal; Białko og: 90.05 g; Tłuszcz: 68.68 g; Węgl. og: 349.95 g; w tym cuk.: 70.02 g; kw.tł.nasyc: 34.20 g; Błonnik: 24.80 g; Sól: 17.17 g; Sód: 6701.97 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,