

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-06-11 czwartek	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,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata b/cukru 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,)	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	Pieczyno 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,) Poledwica z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) 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,) 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,) 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,) Suchary bezcukrowe 20g 20 g	Ser topiony 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 brokułowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Stroganoff wieprzowy 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 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 pęczak 200g 200 g (4,)	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Gulasz wieprzowy 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Kasza pęczak 200g 200 g (4,) 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,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Buraczki got 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Stroganoff wieprzowy 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 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 pęczak 200g 200 g (4,)	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Gulasz wieprzowy 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Kasza pęczak 200g 200 g (4,) 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 podwawelska 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (1, 4,) Ogórek świeży 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Kielbasa podwawelska 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Musztarda 20g 20 g (6,) Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Pieczyno 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,)	Pieczyno 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 Kielbasa krakowska 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Pieczyno 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 świeży 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,) Kielbasa krakowska 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Pieczyno 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 Kielbasa krakowska 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Pieczyno 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 Kielbasa krakowska 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 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: 2333.49 kcal; Białko og: 109.64 g; Tłuszcz: 78.20 g; Węgl. og: 312.53 g; w tym cuk.: 49.24 g; kw.tł.nasyc: 36.55 g; Błonnik: 29.45 g; Sól: 13.67 g; Sód: 5246.05 mg;	Wart. energ: 2273.30 kcal; Białko og: 99.71 g; Tłuszcz: 73.04 g; Węgl. og: 318.78 g; w tym cuk.: 61.52 g; kw.tł.nasyc: 35.73 g; Błonnik: 28.61 g; Sól: 13.13 g; Sód: 5142.04 mg;	Wart. energ: 2259.60 kcal; Białko og: 98.19 g; Tłuszcz: 61.67 g; Węgl. og: 344.15 g; w tym cuk.: 61.00 g; kw.tł.nasyc: 30.00 g; Błonnik: 32.54 g; Sól: 17.25 g; Sód: 6913.19 mg;	Wart. energ: 2390.67 kcal; Białko og: 105.43 g; Tłuszcz: 76.90 g; Węgl. og: 340.23 g; w tym cuk.: 61.67 g; kw.tł.nasyc: 37.85 g; Błonnik: 44.05 g; Sól: 13.57 g; Sód: 5427.91 mg;	Wart. energ: 2459.94 kcal; Białko og: 106.77 g; Tłuszcz: 78.89 g; Węgl. og: 347.42 g; w tym cuk.: 59.98 g; kw.tł.nasyc: 39.80 g; Błonnik: 33.08 g; Sól: 13.91 g; Sód: 5569.31 mg;	Wart. energ: 2435.93 kcal; Białko og: 99.06 g; Tłuszcz: 64.56 g; Węgl. og: 383.51 g; w tym cuk.: 76.68 g; kw.tł.nasyc: 30.67 g; Błonnik: 37.70 g; Sól: 12.80 g; Sód: 5119.05 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-06-12 piątek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 350ml 350 ml (4) 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,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Ogórek świeży 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Kasza jaglana na mleku 350ml 350 ml (4) 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,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Kasza jaglana na mleku 350ml 350 ml (4) 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	Pasta z jajka 70g 70 g (2, 4, 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,)	Kasza jaglana na mleku 350ml 350 ml (4) Pasta z jajka 70g 70 g (2, 4, 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 i ŚN					Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (4,)	Jogurt owocowy 1szt 2 szt (4, 8,)
	Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml 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 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 pieczarkowa z makaronem 350 ml 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,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	Zupa ziemniaczana 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,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) 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 pieczarkowa z makaronem 350 ml 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,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	
	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 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 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 50g 50 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 Sałata 10g 10 g Ser żółty 30g 30 g (4,)	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 50g 50 g (9,) 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,) Pomidor 50g 50 g (9,) 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: 2329.79 kcal; Białko og: 86.40 g; Tłuszcz: 83.73 g; Węgl. og: 320.33 g; w tym cuk.: 74.57 g; kw.tł.nasyc: 31.64 g; Błonnik: 25.46 g; Sól: 18.28 g; Sód: 7205.08 mg;	Wart. energ: 2202.80 kcal; Białko og: 87.58 g; Tłuszcz: 65.57 g; Węgl. og: 330.83 g; w tym cuk.: 81.86 g; kw.tł.nasyc: 30.53 g; Błonnik: 30.15 g; Sól: 18.84 g; Sód: 7432.78 mg;	Wart. energ: 2131.54 kcal; Białko og: 86.99 g; Tłuszcz: 43.60 g; Węgl. og: 365.13 g; w tym cuk.: 81.04 g; kw.tł.nasyc: 24.19 g; Błonnik: 34.44 g; Sól: 14.37 g; Sód: 5762.15 mg;	Wart. energ: 2157.00 kcal; Białko og: 95.96 g; Tłuszcz: 72.72 g; Węgl. og: 299.10 g; w tym cuk.: 50.30 g; kw.tł.nasyc: 33.10 g; Błonnik: 40.28 g; Sól: 18.51 g; Sód: 7404.98 mg;	Wart. energ: 2298.44 kcal; Białko og: 92.19 g; Tłuszcz: 59.92 g; Węgl. og: 365.07 g; w tym cuk.: 84.02 g; kw.tł.nasyc: 27.72 g; Błonnik: 34.62 g; Sól: 18.73 g; Sód: 7502.55 mg;	Wart. energ: 2394.33 kcal; Białko og: 92.40 g; Tłuszcz: 59.44 g; Węgl. og: 391.08 g; w tym cuk.: 103.52 g; kw.tł.nasyc: 27.15 g; Błonnik: 37.82 g; Sól: 18.71 g; Sód: 7490.89 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-06-13 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Szynkowa 60g 60 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,) 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, 11, 12, SOJ, OZ,) Szynkowa 60g 60 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,) 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, 11, 12, SOJ, OZ,) Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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	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,) Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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	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,) 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,) Surówka z marchwi i jabłka 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,) 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,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	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,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Zupa kaliorowa z ziemniakami 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,) 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 kaliorowa z ziemniakami 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,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	
	PD	Kiwi 100g 130 g					Kiwi 100g 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, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Ogórek kiszony 50g 50 g (9,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Południca sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 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, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Południca sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 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, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) 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,) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Ogórek kiszony 50g 50 g (9,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Południca sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 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, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Południca sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) 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, 11, 12, SOJ, OZ,) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Sałata 10g 10 g	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, 11, 12, SOJ, OZ,)		Ser biały 30g 30 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)		
		Wart. energ: 2370.05 kcal; Białko og: 89.95 g; Tłuszcz: 80.45 g; Węgl. og: 337.66 g; w tym cuk.: 67.71 g; kw.tł.nasyc: 37.45 g; Błonnik: 32.13 g; Sól: 17.53 g; Sód: 6909.73 mg;	Wart. energ: 2309.49 kcal; Białko og: 93.35 g; Tłuszcz: 72.47 g; Węgl. og: 337.11 g; w tym cuk.: 67.48 g; kw.tł.nasyc: 32.66 g; Błonnik: 32.02 g; Sól: 16.31 g; Sód: 6418.20 mg;	Wart. energ: 2299.64 kcal; Białko og: 93.65 g; Tłuszcz: 61.72 g; Węgl. og: 360.64 g; w tym cuk.: 55.39 g; kw.tł.nasyc: 28.94 g; Błonnik: 36.15 g; Sól: 17.03 g; Sód: 6823.86 mg;	Wart. energ: 2470.11 kcal; Białko og: 100.36 g; Tłuszcz: 81.60 g; Węgl. og: 355.57 g; w tym cuk.: 76.62 g; kw.tł.nasyc: 38.66 g; Błonnik: 45.01 g; Sól: 17.09 g; Sód: 6840.42 mg;	Wart. energ: 2465.42 kcal; Białko og: 101.08 g; Tłuszcz: 66.41 g; Węgl. og: 384.61 g; w tym cuk.: 75.37 g; kw.tł.nasyc: 31.70 g; Błonnik: 36.88 g; Sól: 17.29 g; Sód: 6922.60 mg;	Wart. energ: 2494.31 kcal; Białko og: 98.57 g; Tłuszcz: 64.91 g; Węgl. og: 398.59 g; w tym cuk.: 84.56 g; kw.tł.nasyc: 30.63 g; Błonnik: 38.98 g; Sól: 17.19 g; Sód: 6881.34 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-06-14 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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,) Ogórek świeży 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Płatki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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	Płatki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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	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,) Szynka wieprzowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Płatki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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	Galaerka ow ocowa 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)
	II ŚN				Kefir 200g 200 ml Suchary bezcukrowe 20g 20 g	Kefir 200g 200 ml	Galaerka ow ocowa 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)
	Obiad	Zupa rosół z makaronem 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) 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,) Fasola szparagowa gotowana 130g 150 g (1, 2, 4, SOJ,) 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,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	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 b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Fasola szparagowa gotowana 130g 150 g (1, 2, 4, SOJ,) 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,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	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,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	
	PD				Jabłko 130g 130 g		Jabłko 130g 130 g
	Kolacja	Paszтет 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 Wędlina 20g 20 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	Paszтет 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 Wędlina 20g 20 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	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,) 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: 2412.92 kcal; Białko og: 108.89 g; Tłuszcz: 91.71 g; Węgl. og: 297.51 g; w tym cuk.: 48.86 g; kw.tł.nasyc: 40.95 g; Błonnik: 23.41 g; Sól: 14.86 g; Sód: 5725.98 mg;	Wart. energ: 2180.74 kcal; Białko og: 110.85 g; Tłuszcz: 69.36 g; Węgl. og: 289.19 g; w tym cuk.: 53.14 g; kw.tł.nasyc: 30.82 g; Błonnik: 25.94 g; Sól: 16.52 g; Sód: 6507.10 mg;	Wart. energ: 2216.38 kcal; Białko og: 111.16 g; Tłuszcz: 61.71 g; Węgl. og: 317.23 g; w tym cuk.: 51.10 g; kw.tł.nasyc: 26.82 g; Błonnik: 30.41 g; Sól: 16.25 g; Sód: 6513.87 mg;	Wart. energ: 2612.18 kcal; Białko og: 116.39 g; Tłuszcz: 93.64 g; Węgl. og: 341.84 g; w tym cuk.: 41.04 g; kw.tł.nasyc: 43.64 g; Błonnik: 38.62 g; Sól: 15.96 g; Sód: 6274.60 mg;	Wart. energ: 2393.38 kcal; Białko og: 116.01 g; Tłuszcz: 62.66 g; Węgl. og: 356.03 g; w tym cuk.: 51.20 g; kw.tł.nasyc: 26.95 g; Błonnik: 33.46 g; Sól: 16.88 g; Sód: 6765.37 mg;	Wart. energ: 2265.52 kcal; Białko og: 108.57 g; Tłuszcz: 60.23 g; Węgl. og: 336.29 g; w tym cuk.: 63.80 g; kw.tł.nasyc: 25.68 g; Błonnik: 33.01 g; Sól: 16.16 g; Sód: 6471.21 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-06-15 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,) Sałata 10g 10 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,) Sałata 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,) Sałata 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,) Sałata 10g 10 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,) Sałata 10g 10 g	Ciastka 40g 40 g (1, 2, 4, 11, 12, OZ,)
	II ŚN				Krakersy 30 g 30 g (1, 2, 4, 11, SOJ, OZ,) Hummus 1/3 szt 0,33 szt	Ser topiony 50g 50 g (4,)	
	Obiad	Zupa krupnik 350 ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Karczek pieczony 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 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	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,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	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	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	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,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	
	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,) Papryka 70g 70 g Sałata 10g 10 g Parówka "Paluszek" 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, SOJ,) 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,) Sałata 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,) Sałata 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,) Sałata 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,) Sałata 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,) Sałata 10g 10 g Parówka "Paluszek" 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, SOJ,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)
	PN	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) 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: 2485.12 kcal; Białko og: 98.31 g; Tłuszcz: 89.79 g; Węgl. og: 335.87 g; w tym cuk.: 70.75 g; kw.tł.nasyc: 38.85 g; Błonnik: 29.68 g; Sól: 16.65 g; Sód: 6551.94 mg;	Wart. energ: 2336.81 kcal; Białko og: 101.57 g; Tłuszcz: 70.99 g; Węgl. og: 339.40 g; w tym cuk.: 67.57 g; kw.tł.nasyc: 34.85 g; Błonnik: 32.32 g; Sól: 16.72 g; Sód: 6585.21 mg;	Wart. energ: 2372.45 kcal; Białko og: 101.88 g; Tłuszcz: 63.34 g; Węgl. og: 367.44 g; w tym cuk.: 65.53 g; kw.tł.nasyc: 30.85 g; Błonnik: 36.79 g; Sól: 16.45 g; Sód: 6591.98 mg;	Wart. energ: 2372.15 kcal; Białko og: 102.91 g; Tłuszcz: 75.77 g; Węgl. og: 339.76 g; w tym cuk.: 51.44 g; kw.tł.nasyc: 32.32 g; Błonnik: 41.02 g; Sól: 17.10 g; Sód: 6730.06 mg;	Wart. energ: 2523.45 kcal; Białko og: 108.63 g; Tłuszcz: 76.84 g; Węgl. og: 368.04 g; w tym cuk.: 66.03 g; kw.tł.nasyc: 38.92 g; Błonnik: 36.79 g; Sól: 17.50 g; Sód: 7012.48 mg;	Wart. energ: 2581.54 kcal; Białko og: 101.19 g; Tłuszcz: 71.30 g; Węgl. og: 403.81 g; w tym cuk.: 84.43 g; kw.tł.nasyc: 34.18 g; Błonnik: 39.83 g; Sól: 16.38 g; Sód: 6559.72 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-06-16 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,) Ogórek świeży 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	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 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,) Salata 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 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 Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	
	II ŚN				Sok pomidorowy 200ml 200 ml (9,) Suchary bezcukrowe 20g 20 g	Jogurt wysokobiałkowy 1 szt 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,5 szt 2 szt (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,) Chrupki kukurydziane 20g 20 g
	Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Makaron gotowany 200g 200 g (1, 2, 4,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Sos truskawkowy 150ml 150 ml (4, 8,) Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (4,)			Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml 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,) Sos truskawkowy 150ml b/cukru 150 ml (4, 8,) Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (4,)	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Makaron gotowany 200g 200 g (1, 2, 4,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Sos truskawkowy 150ml 150 ml (4, 8,) Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (4,)	
	PD				Jabłko 130g 130 g		Jabłko 130g 130 g
	Kolacja	Poledwica z warzywami 60g 60 g 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,) Salata 10g 10 g Rzodkiewka 100g 100 g	Poledwica z warzywami 60g 60 g 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,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Poledwica z warzywami 60g 60 g 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 z warzywami 60g 60 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,) Salata 10g 10 g Rzodkiewka 100g 100 g	Poledwica z warzywami 60g 60 g Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Poledwica z warzywami 60g 60 g 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,) Salata 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,) Salata 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,) Salata 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: 2206.95 kcal; Białko og: 78.23 g; Tłuszcz: 68.65 g; Węgl. og: 330.43 g; w tym cuk.: 72.39 g; kw.tł.nasyc: 37.55 g; Błonnik: 21.95 g; Sól: 17.30 g; Sód: 6923.43 mg;	Wart. energ: 2178.05 kcal; Białko og: 75.49 g; Tłuszcz: 66.30 g; Węgl. og: 331.20 g; w tym cuk.: 72.76 g; kw.tł.nasyc: 34.81 g; Błonnik: 21.94 g; Sól: 17.12 g; Sód: 6740.53 mg;	Wart. energ: 2187.19 kcal; Białko og: 77.77 g; Tłuszcz: 54.76 g; Węgl. og: 359.45 g; w tym cuk.: 70.72 g; kw.tł.nasyc: 29.86 g; Błonnik: 26.41 g; Sól: 12.16 g; Sód: 4871.40 mg;	Wart. energ: 2196.89 kcal; Białko og: 82.94 g; Tłuszcz: 67.94 g; Węgl. og: 331.07 g; w tym cuk.: 54.79 g; kw.tł.nasyc: 35.51 g; Błonnik: 37.08 g; Sól: 17.85 g; Sód: 7135.49 mg;	Wart. energ: 2345.69 kcal; Białko og: 94.50 g; Tłuszcz: 63.35 g; Węgl. og: 362.94 g; w tym cuk.: 73.92 g; kw.tł.nasyc: 33.60 g; Błonnik: 26.41 g; Sól: 16.96 g; Sód: 6791.30 mg;	Wart. energ: 2361.18 kcal; Białko og: 74.99 g; Tłuszcz: 57.87 g; Węgl. og: 401.03 g; w tym cuk.: 92.42 g; kw.tł.nasyc: 29.76 g; Błonnik: 31.53 g; Sól: 16.82 g; Sód: 6728.04 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-06-17 środa	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Schab pieczony 60g 60 g 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 manna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Schab pieczony 60g 60 g 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,) Schab pieczony 60g 60 g 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	Schab pieczony 60g 60 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,)	Kasza manna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Schab pieczony 60g 60 g 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				Pieczywo chrupkie 10g 10 g Hummus 1/3 szt 0,33 szt	Ser biały 50g 50 g (4,)	mus owocowo-warzywny 1 szt
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) Wątroba wieprzowa 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka z kiszzonej 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,) Szyunka w p 70g gotowana/sos 100g 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,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	Zupa ryżanka 350ml 350 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Szyunka w p 70g gotowana/sos 100g 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,) 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,) Szyunka w p 70g gotowana/sos 100g 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 kiszzonej 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,) Szyunka wp 70g gotowana/sos 100g 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,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	
	PD				Truskawki 150g 150 g (8,)		Truskawki 150g 150 g (8,)
	Kolacja	Serek śmietankowy 60g 60 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 świeży 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Serek śmietankowy 60g 60 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,)	Serek śmietankowy 60g 60 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 Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Serek śmietankowy 60g 60 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 świeży 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,)	Serek śmietankowy 60g 60 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 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 Serek śmietankowy 60g 60 g (4,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)
	PN	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Salata 10g 10 g			Ser biały 30g 30 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)		
		Wart. energ: 2275.90 kcal; Białko og: 103.80 g; Tłuszcz: 76.34 g; Węgl. og: 305.42 g; w tym cuk.: 54.13 g; kw.tł.nasyc: 32.24 g; Błonnik: 24.14 g; Sól: 13.79 g; Sód: 5415.45 mg;	Wart. energ: 2121.23 kcal; Białko og: 103.30 g; Tłuszcz: 57.83 g; Węgl. og: 311.16 g; w tym cuk.: 58.93 g; kw.tł.nasyc: 31.02 g; Błonnik: 28.08 g; Sól: 16.43 g; Sód: 6470.80 mg;	Wart. energ: 2090.39 kcal; Białko og: 100.87 g; Tłuszcz: 47.93 g; Węgl. og: 329.67 g; w tym cuk.: 54.50 g; kw.tł.nasyc: 25.85 g; Błonnik: 31.11 g; Sól: 17.01 g; Sód: 6817.45 mg;	Wart. energ: 2095.13 kcal; Białko og: 111.18 g; Tłuszcz: 59.67 g; Węgl. og: 297.39 g; w tym cuk.: 44.34 g; kw.tł.nasyc: 29.64 g; Błonnik: 39.02 g; Sól: 15.96 g; Sód: 6393.80 mg;	Wart. energ: 2222.87 kcal; Białko og: 112.96 g; Tłuszcz: 52.53 g; Węgl. og: 341.05 g; w tym cuk.: 58.49 g; kw.tł.nasyc: 28.42 g; Błonnik: 32.55 g; Sól: 16.22 g; Sód: 6499.57 mg;	Wart. energ: 2175.26 kcal; Białko og: 101.25 g; Tłuszcz: 48.78 g; Węgl. og: 350.68 g; w tym cuk.: 65.68 g; kw.tł.nasyc: 25.86 g; Błonnik: 35.25 g; Sól: 16.05 g; Sód: 6433.81 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-06-18 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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,) Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Platki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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 Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Platki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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 drobiowa 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,) Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Platki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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,) Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Platki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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,) Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)
	III ŚN				Serek wiejski 1 szt 1 szt	Ser biały 50g 50 g (4,)	Serek wiejski 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Klops wieprzowy 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Sałatka z buraczka z jabłkiem i papryką 130g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Kasza jęczmienna 200g 200 g (1, 4, 5, 6,)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 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,)	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,)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 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,) 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 ogórkowa z ziemniakami 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,)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 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,)
	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,) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,) 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,) 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,)	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,) Sałata 10g 10 g Ser żółty 30g 30 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 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 Szynkowa 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 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: 2396.43 kcal; Białko og: 95.19 g; Tłuszcz: 85.74 g; Węgl. og: 325.04 g; w tym cuk.: 60.64 g; kw.tł.nasyc: 37.55 g; Błonnik: 27.84 g; Sól: 14.43 g; Sód: 5659.04 mg;	Wart. energ: 2245.88 kcal; Białko og: 89.32 g; Tłuszcz: 73.02 g; Węgl. og: 323.57 g; w tym cuk.: 54.13 g; kw.tł.nasyc: 35.54 g; Błonnik: 30.68 g; Sól: 15.88 g; Sód: 6240.38 mg;	Wart. energ: 2291.43 kcal; Białko og: 89.74 g; Tłuszcz: 64.76 g; Węgl. og: 355.49 g; w tym cuk.: 52.35 g; kw.tł.nasyc: 31.17 g; Błonnik: 35.34 g; Sól: 14.91 g; Sód: 5968.32 mg;	Wart. energ: 2403.46 kcal; Białko og: 108.39 g; Tłuszcz: 82.80 g; Węgl. og: 326.26 g; w tym cuk.: 57.33 g; kw.tł.nasyc: 41.93 g; Błonnik: 41.21 g; Sól: 16.29 g; Sód: 6514.80 mg;	Wart. energ: 2347.52 kcal; Białko og: 98.98 g; Tłuszcz: 67.72 g; Węgl. og: 353.46 g; w tym cuk.: 53.69 g; kw.tł.nasyc: 32.94 g; Błonnik: 35.15 g; Sól: 15.67 g; Sód: 6269.15 mg;	Wart. energ: 2416.41 kcal; Białko og: 99.04 g; Tłuszcz: 68.19 g; Węgl. og: 370.72 g; w tym cuk.: 68.09 g; kw.tł.nasyc: 32.98 g; Błonnik: 37.75 g; Sól: 16.46 g; Sód: 6584.49 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-06-19 piątek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Pasta z makreli 90g 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,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Serek homogenizowany 1szt 1 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,) Salata 10g 10 g Dżem 40g 40 g	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Serek homogenizowany 1szt 1 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,) Salata 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,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,) Pasta z makreli 90g 70 g (2, 3, 4, 6, SKO,)	Kasza jęczmienna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6,) Serek homogenizowany 1szt 1 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,) 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 botwinka z ziemniakami 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 botwinka z ziemniakami 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,) Sos koperkowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,)	Zupa ziemniaczana 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,) Łopatka wieprzowa gotowana 70g w sosie 100g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa botwinka z ziemniakami 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,) Sos koperkowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,)	Zupa botwinka z ziemniakami 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,) Sos koperkowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,)	
	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,) 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,) 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,) 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,) 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,) 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				Pomidor 50g 50 g (9,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)	
		Wart. energ: 2415.96 kcal; Białko og: 96.73 g; Tłuszcz: 89.15 g; Węgl. og: 322.13 g; w tym cuk.: 59.17 g; kw.tł.nasyc: 36.40 g; Błonnik: 31.20 g; Sól: 15.50 g; Sód: 6088.80 mg;	Wart. energ: 2318.71 kcal; Białko og: 96.59 g; Tłuszcz: 64.92 g; Węgl. og: 352.57 g; w tym cuk.: 97.00 g; kw.tł.nasyc: 34.08 g; Błonnik: 31.16 g; Sól: 18.31 g; Sód: 7217.51 mg;	Wart. energ: 2378.55 kcal; Białko og: 103.17 g; Tłuszcz: 55.39 g; Węgl. og: 384.48 g; w tym cuk.: 94.24 g; kw.tł.nasyc: 30.03 g; Błonnik: 34.95 g; Sól: 14.05 g; Sód: 5632.41 mg;	Wart. energ: 2259.06 kcal; Białko og: 98.17 g; Tłuszcz: 76.36 g; Węgl. og: 315.96 g; w tym cuk.: 56.83 g; kw.tł.nasyc: 34.34 g; Błonnik: 43.84 g; Sól: 20.25 g; Sód: 8094.02 mg;	Wart. energ: 2414.35 kcal; Białko og: 101.20 g; Tłuszcz: 59.27 g; Węgl. og: 386.81 g; w tym cuk.: 99.16 g; kw.tł.nasyc: 31.27 g; Błonnik: 35.63 g; Sól: 18.20 g; Sód: 7287.28 mg;	Wart. energ: 2510.24 kcal; Białko og: 101.41 g; Tłuszcz: 58.79 g; Węgl. og: 412.82 g; w tym cuk.: 118.66 g; kw.tł.nasyc: 30.70 g; Błonnik: 38.83 g; Sól: 18.18 g; Sód: 7275.62 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna		
2026-06-20 sobota	Śniadanie	Ryż 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,) Ogórek kiszony 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Ryż 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	Ryż 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,) Ogórek kiszony 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Ryż 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	Kisiel 250ml 250 g (1, 12,)	Ser topiony 50g 50 g (4,)	Kisiel 250ml 250 g (1, 12,)
	II ŚN					Kisiel 250ml 250 g (1, 12,)	Ser topiony 50g 50 g (4,)	Kisiel 250ml 250 g (1, 12,)	
	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,) 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 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 Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa makaronowa 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,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	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,) 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 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 Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)			
	PD					Kiwi 100g 130 g		Kiwi 100g 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,) Salata 10g 10 g Ser topiony 30g 33 g (4,) 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	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 Ser topiony 30g 33 g (4,) 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,) 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 7g (4,) Salata 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: 2213.94 kcal; Białko og: 92.10 g; Tłuszcz: 67.43 g; Węgl. og: 324.00 g; w tym cuk.: 58.18 g; kw.tł.nasyc: 35.56 g; Błonnik: 28.15 g; Sól: 16.88 g; Sód: 6648.91 mg;	Wart. energ: 2145.68 kcal; Białko og: 93.82 g; Tłuszcz: 60.02 g; Węgl. og: 321.83 g; w tym cuk.: 54.47 g; kw.tł.nasyc: 31.26 g; Błonnik: 27.78 g; Sól: 15.74 g; Sód: 6189.45 mg;	Wart. energ: 2265.37 kcal; Białko og: 96.36 g; Tłuszcz: 50.70 g; Węgl. og: 373.28 g; w tym cuk.: 53.25 g; kw.tł.nasyc: 26.19 g; Błonnik: 34.21 g; Sól: 15.48 g; Sód: 6201.34 mg;	Wart. energ: 2217.04 kcal; Białko og: 95.69 g; Tłuszcz: 64.56 g; Węgl. og: 333.44 g; w tym cuk.: 61.44 g; kw.tł.nasyc: 34.39 g; Błonnik: 41.02 g; Sól: 16.24 g; Sód: 6501.16 mg;	Wart. energ: 2332.32 kcal; Białko og: 100.88 g; Tłuszcz: 65.87 g; Węgl. og: 350.47 g; w tym cuk.: 52.93 g; kw.tł.nasyc: 35.33 g; Błonnik: 32.25 g; Sól: 16.52 g; Sód: 6616.72 mg;	Wart. energ: 2281.82 kcal; Białko og: 91.65 g; Tłuszcz: 50.87 g; Węgl. og: 381.75 g; w tym cuk.: 75.17 g; kw.tł.nasyc: 26.19 g; Błonnik: 34.37 g; Sól: 15.40 g; Sód: 6167.00 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,